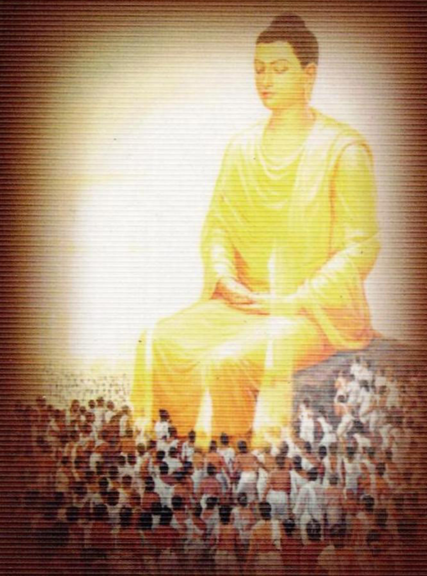
เพื่อประโยชน์สุขของมหาชน

รวมปาฐกถาและวิสัชนาปัญหาธรรมระหว่างปีพ.ศ. 2526-2543

ของท่านอาจารย์โกเอ็นก้า



แปลจากหนังสือ For The Benefit Of Many

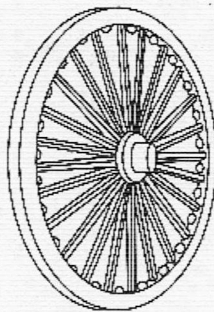
จัดพิมพ์โดย มูลนิธิส่งเสริมวิปัสสนากรรมฐานในพระสังฆราชูปถัมภ์

เพื่อประโยชน์สุขของมหาชน รวมปาฐกถาและวิสัชนาปัญหาธรรมระหว่างปีพ.ศ. 2526-2543 โดย ท่านอาจารย์โกเอ็นก้า

เพื่อประโยชน์สุขของมหาชน

โดย ท่านอาจารย์โกเอ็นก้า

รวมปาฐกถาและวิสัชนาปัญหาธรรมระหว่างปีพ.ศ. 2526-2543



จัดพิมพ์โดย
มูลนิธิส่งเสริมวิปัสสนากรรมฐานในพระสังฆราชูปถัมภ์

เพื่อประโยชน์สุขของมหาชน

รวมปาฐกถาและวิสัชนาปัญหาธรรมระหว่างปีพ.ศ. 2526-2543

จากหนังสือ FOR THE BENEFIT OF MANY

โดย ท่านอาจารย์โกเอ็นก้า

ISBN : 978-616-90744-3-4

พิมพ์ที่บริษัท พิมพ์ดี จำกัด โทร.0-2401-9401

ราคา 55 บาท

จัดพิมพ์โดย

มูลนิธิส่งเสริมวิปัสสนากรรมฐานในพระสังฆราชูปถัมภ์

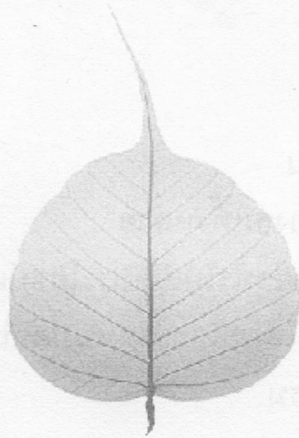
42/660 หมู่บ้านเค.ซี.การ์เด้นโฮม ถ.นิมิตใหม่

เขตคลองสามวา กทม. 10510

โทร. 0-2993-2711 (ในเวลาราชการ)

อีเมล : vipassana_foundation@hotmail.com

เว็บไซต์ : www.thai.dhamma.org



พระสมณโคดมทรงกล่าวไว้ว่า

"จงเผยแผ่ธรรมด้วยการดำเนินชีวิตของตนให้บริสุทธิ์เป็นแบบอย่าง"

...

หากท่านปฏิบัติได้เช่นนี้

ก็จะทำให้ผู้ที่ไม่มีศรัทธาในธรรมะ มีศรัทธาขึ้นมาได้

และทำให้ผู้ที่มีศรัทธาอยู่แล้ว มีศรัทธายิ่งขึ้น

ท่านจะดึงดูดผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ

ให้เข้ามาสู่ธรรมะเพื่อประโยชน์ของเขาเอง

สารบัญ

หน้า

หน้า

คำนำ

หนังสือ *เพื่อประโยชน์สุขของมหาชน* นี้แปลมาจาก "For the Benefit of Many" ซึ่งรวบรวมปาฐกถาและวิสัชนาปัญหาธรรมของท่านอาจารย์โกเอ็นก้าระหว่างปีพ.ศ. 2526-2543 หลายๆ ท่านที่ได้เคยอ่านหนังสือเล่มนี้ในภาคภาษาอังกฤษล้วนพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า เป็นหนังสือที่มีประโยชน์อย่างยิ่ง ในแง่ที่ให้แรงบันดาลใจ และไขข้อข้องใจทั้งในเรื่องของการปฏิบัติและการรับใช้ธรรมะได้อย่างกระจ่างแจ้งที่สุด เนื้อหาจึงครอบคลุมทั้งในส่วนของผู้ปฏิบัติและผู้รับใช้ธรรมะ ซึ่งมีทั้งธรรมบริกร กรรมการ ตลอดไปจนถึงผู้ช่วยอาจารย์และอาจารย์

อย่างไรก็ตาม มีสิ่งที่ต้องชี้แจงคือ หลายๆ เรื่องที่ท่านอาจารย์โกเอ็นก้าได้เคยกล่าวไว้ โดยเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้องกับกฎเกณฑ์หรือระเบียบบางอย่าง ต่อมาได้มีการยกเลิกหรือเปลี่ยนแปลงใหม่ให้เหมาะกับกาลเวลา สถานการณ์ หรือด้วยเหตุผลบางประการ ยกตัวอย่างเช่น ตำแหน่งอุปาจารย์หรือรองอาจารย์ ภายหลังก็ได้ยกเลิกไป หรือการประชุมกรรมการที่ท่านเคยให้ผู้ช่วยอาจารย์/อาจารย์ทำหน้าที่เพียงแต่คอยสังเกตการณ์ โดยไม่แสดงความคิดเห็น เพราะต้องการให้ผู้ช่วยอาจารย์/อาจารย์จำกัดการตัดสินใจอยู่ที่เรื่องของธรรมะโดยตรง และให้กรรมการตัดสินใจในเรื่องของการบริหารจัดการ แต่ต่อมาท่านก็ได้เปลี่ยนแปลงความคิดใหม่ โดยให้ผู้ช่วยอาจารย์/อาจารย์มีส่วนร่วมในการประชุมและดูแลกำกับเรื่องราวทั้งหมดอย่างใกล้ชิด เนื่องจากศูนย์บางแห่งคณะกรรมการชุดใหม่ยังขาดประสบการณ์ ทำให้การตัดสินใจผิดพลาดได้ โดยเฉพาะในเรื่องของการใช้จ่ายเงินบริจาค

นอกจากนี้ก็มีเรื่องการนั่งปฏิบัติตอน 3 ทุ่มของธรรมบริกร ซึ่งเมื่อก่อนจะไปนั่งปฏิบัติรวมกันหน้าธรรมาสน์อาจารย์ แล้วฟังเทปการแผ่เมตตา แต่ต่อมาก็ได้เปลี่ยนให้แต่ละคนนั่งที่อาสนะของตนเอง หรือแม้กระทั่งเรื่องของการก่อสร้างพระมหาเจดีย์ที่ได้จบสิ้นไปแล้ว ฯลฯ

ในส่วนของกฎหรือระเบียบเก่า ซึ่งภายหลังได้เปลี่ยนแปลงไปนี้ ผู้จัดทำไม่ได้ตัดทอน

หรือแก้ไข เนื่องจากยังคงยึดตามต้นฉบับเดิมที่เป็นเสมือนบันทึกประวัติศาสตร์ อันจะสะท้อนให้เห็นถึงภาพของการเผยแผ่ธรรมะในแต่ละช่วงเวลา แม้จะทำให้ผู้อ่านสับสนได้ ซึ่งถ้าหากเป็นเช่นนั้นจริง ก็สามารถไปขอความกระจ่างจากผู้ช่วยอาจารย์ที่ดำเนินการอบรม หรืออาจารย์ที่รับผิดชอบในพื้นที่ได้

ท้ายนี้ ต้องขอขอบคุณศิษย์เก่าอาสาสมัครทุกท่านที่ได้มีส่วนร่วมในกระบวนการแปล และทำให้หนังสือเล่มนี้สำเร็จลุล่วงเป็นรูปเล่มออกมาได้ อาจกล่าวได้ว่า *เพื่อประโยชน์สุขของมหาชน* เป็นหนังสือเล่มแรกและเล่มเดียวที่เกิดจากพลังแห่งความร่วมมือร่วมใจของอาสาสมัครจำนวนมากเหลือเกินนับตั้งแต่ที่มูลนิธิฯ เคยจัดพิมพ์หนังสือเล่มใดๆ มา ด้วยวัตถุประสงค์เพื่อประโยชน์สุขของผู้อ่านจำนวนมาก สมดั่งเจตนารมณ์ของท่านอาจารย์โกเอ็นก้าและหนังสือเล่มนี้โดยแท้

คณะผู้จัดทำ



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมเขตต์ ประเทศอินเดีย
ปีพ.ศ. 2526

การจัดการอบรม

คณะกรรมการและผู้จัดการหลักสูตรทั้งหลาย

ฤดูหนาวนี้ ข้าพเจ้าได้ทบทวนเรื่องงานธรรมะที่สำคัญบางประเด็น จากการประชุมร่วมกับผู้ช่วยอาจารย์ที่เมืองไฮเดอราบัด เมื่อเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2526 ไม่นานมานี้ เราได้รวบรวมแนวทางในการจัดการอบรมขึ้น โดยอาศัยประสบการณ์ความสำเร็จในการอบรมหลักสูตรของผู้ช่วยอาจารย์กว่า 50 ท่านในรอบปีที่ผ่านมา ซึ่งแนวทางดังกล่าวก็จะช่วยในการเผยแผ่ธรรมะสืบต่อไป

นอกจากนี้ เรายังได้ทบทวนนโยบายโดยทั่วไปของหลักสูตรทั้งหมด เกี่ยวกับเรื่องการบริจาค อาหารที่จัดในการอบรม การจัดตารางเวลาของผู้ช่วยอาจารย์ รวมถึงประเด็นอื่นๆ อีกบางประเด็น

สำหรับผู้ช่วยอาจารย์นั้น ได้รับการแต่งตั้งจากข้าพเจ้าให้ดำเนินการอบรมวิปัสสนา จึงถือเป็นเสมือนตัวแทนของข้าพเจ้า นี่เป็นเรื่องที่ผู้เข้ารับการอบรมควรจะได้รับทราบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในศูนย์ปฏิบัติ ที่ผู้ช่วยอาจารย์มีความรับผิดชอบต้องดูแลให้การถ่ายทอดวิธีการปฏิบัติเป็นไปอย่างถูกต้อง ให้การจัดการและการดำเนินการอบรมเป็นไปตามคำแนะนำของข้าพเจ้า ตลอดจนช่วยเสริมสร้างบรรยากาศที่ดี ให้เอื้อต่อการปฏิบัติธรรมของผู้เข้ารับการอบรม

ยิ่งมีการจัดการอบรมบ่อยครั้งขึ้นเท่าไร ก็จะยิ่งทำให้ผู้เข้ารับการอบรมมีโอกาสได้รับธรรมะมากขึ้นกว่าที่ข้าพเจ้าจะดำเนินการอบรมเพียงลำพัง แต่การจะใช้โอกาสนี้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด จำเป็นจะต้องได้รับความช่วยเหลือสนับสนุนจากศิษย์เก่ามากกว่าที่ผ่านมา ถ้าปราศจากความร่วมมือร่วมใจของศิษย์เก่าเหล่านี้แล้ว การเผยแผ่ธรรมะก็จะเป็นไปได้ยาก และอาจทำให้การจัดการหลักสูตรของผู้ช่วยอาจารย์ประสบกับปัญหาได้ ซึ่งอาจส่งผลให้การเผยแผ่ธรรมะเสื่อมถอยไปในที่สุด นอกจากนี้ ศิษย์เก่ายังมีส่วนสำคัญในการ

ส่งเสริมสนับสนุนให้คนใหม่ๆ ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการและช่วยงานในหลักสูตรต่างๆ อันจะเป็นการฝึกพวกเขาให้มีความพร้อมสำหรับงานที่ต้องรับผิดชอบเพิ่มขึ้นต่อไป

ประเด็นสำคัญที่สุดในข้อปฏิบัติของผู้ช่วยอาจารย์ก็คือ ผู้ช่วยอาจารย์มาที่นี่เพื่อรับใช้ผู้อื่น ฉะนั้น จะต้องไม่มีความคาดหวัง หรือใช้ธรรมะไปสร้างความมั่นคงให้ตัวเอง หรือให้ครอบครัวมีฐานะดีขึ้น ต้องไม่เอาการสอนธรรมะไปเป็นเครื่องมือหากินหรือแสวงหาผลประโยชน์ใดๆ

ข้าพเจ้าได้เน้นย้ำมาโดยตลอดว่า ผู้ช่วยอาจารย์ไม่ควรจะเพิ่มเติมสิ่งใดที่นอกเหนือไปจากรูปแบบการอบรมที่เป็นอยู่ การอบรมจะต้องดำเนินไปตามเทปคำสอน ตั้งแต่เช้าตรู่ไปจนถึงช่วงเมตตาของธรรมบริกรในทุกค่ำคืน เว้นแต่ว่าเทปคำสอนจะติดขัด มีปัญหาขัดข้อง หรือมีความจำเป็นที่ผู้ช่วยอาจารย์จะต้องให้ความกระจ่างเพิ่มเติมจากคำสอน ในอนาคตข้าพเจ้าจะมอบหมายหน้าที่ในการสอนดังที่มีอยู่ในเทปขณะนี้ ให้แก่ผู้ช่วยอาจารย์เป็นรายๆ ไป

หากผู้ปฏิบัติหรือผู้จัดการอบรมรู้สึกว่า พฤติกรรมของผู้ช่วยอาจารย์ขัดแย้งกับความเข้าใจในธรรมะของตน ทางออกเบื้องต้นคือ ให้พยายามพูดคุยกับผู้ช่วยอาจารย์ก่อน ถ้าไม่ได้ผล จึงค่อยมาปรึกษาข้าพเจ้า ที่สำคัญคือ จะต้องไม่ทำบาปด้วยการนินทาว่าร้ายอาจารย์

ต่อไปนี้เป็นประเด็นสำหรับผู้จัดการอบรมทั่วโลก ซึ่งได้มีการหารือกับข้าพเจ้าอย่างละเอียดที่เมืองไฮเดอราบัด โดยจะนำมาใช้ในหลักสูตรทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นการอบรมด้วยตัวข้าพเจ้าเอง หรือผู้ช่วยอาจารย์ก็ตาม นโยบายเหล่านี้ได้ร่างขึ้นตามคำแนะนำและความเห็นชอบของข้าพเจ้า

เงินบริจาคและการจัดการเรื่องเงินในหลักสูตร

เพื่อให้การจัดการอบรมเป็นไปอย่างราบรื่นและมีมาตรฐาน ขอให้ใช้คำพูดเกี่ยวกับการบริจาคทานอย่างเหมาะสม เวลาที่มีประกาศเรื่องการจัดการอบรม หรือพูดคุยเรื่องนี้กับผู้ปฏิบัติ เนื่องจากการอบรมดำเนินไปได้ด้วยเงินบริจาคเพียงอย่างเดียว เราจึงได้เปลี่ยนแปลงถ้อยคำ เพื่อเน้นย้ำเรื่องเกี่ยวกับทานมากขึ้นว่าเป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติ

ขอให้ผู้จัดการอบรมพยายามปิดบัญชีค่าใช้จ่ายในการอบรมด้วยเงินบริจาคในหลักสูตรนั้นๆ ซึ่งรวมถึงค่าใช้จ่ายเบื้องต้นในการเช่าสถานที่จัดการอบรม ค่าอาหาร ค่าเดินทางและอื่นๆ ยกเว้นในบางกรณีเท่านั้น ซึ่งก็จะต้องปรึกษากับอาจารย์หรือผู้ช่วยอาจารย์ก่อน

ถ้าใกล้สิ้นสุดการอบรม คือในวันที่ 10 ปรากฏว่ามีรายจ่ายติดลบอยู่ร้อยละ 20 หรือมากกว่านั้น เช้าวันต่อมา คือวันที่ 11 อาจติดประกาศให้ผู้ปฏิบัติได้รับทราบถึงค่าใช้จ่ายทั้งหมดในหลักสูตร และเงินบริจาคที่ได้รับ

แต่ถ้าถึงวันสิ้นสุดการอบรมแล้ว ยังคงมีรายจ่ายติดลบอยู่ ให้ศูนย์นั้นๆ แบกรับภาระไว้อย่างน้อย 3 เดือน โดยในระหว่างนี้จะประกาศเรื่องรายจ่ายที่ติดลบลงในจุลสารสำหรับศิษย์เก่า (ถ้าเป็นไปได้) และ/หรือหารือกับศิษย์เก่าถึงปัญหาการจัดการอบรมในอนาคตหากรายจ่ายดังกล่าวยังคงติดลบต่อไป

ถ้าพ้น 3 เดือนนี้ไปแล้วยังมีรายจ่ายคั่งค้างอยู่ ให้ปรึกษากับอาจารย์หรือผู้ช่วยอาจารย์ถึงการหาทุนเพื่อแก้ปัญหานี้

นอกจากนี้ ก็อาจออกจดหมายเกี่ยวกับเรื่องทานไปถึงศิษย์เก่า เพื่อชี้แจงเรื่องการเงินในหลักสูตรให้แก่เฉพาะผู้ที่เป็นศิษย์เก่าได้รับทราบ คณะกรรมการควรตัดสินใจว่า จำเป็นจะต้องส่งจดหมายนี้ไปถึงศิษย์เก่าทุกคนที่สมัครเข้ารับการอบรมหรือไม่ ในจดหมายให้แสดงรายการค่าใช้จ่ายเพื่อทราบเท่านั้น (ตัวเลขควรสะท้อนให้เห็นถึงสภาวการณ์ของศูนย์ฯ) ถึงแม้ระบบของการบริจาคจะดำเนินไปอย่างราบรื่น ก็ยังคงให้ชี้แจงว่า วิธีการนี้จะดำเนินต่อไปได้หรือไม่นั้น ขึ้นอยู่กับความรับผิดชอบของศิษย์เก่าที่มาเข้ารับการอบรมอยู่เสมอๆ

โดยทั่วไปแล้ว ผู้จัดการอบรมควรหารือกับอาจารย์และผู้ช่วยอาจารย์อย่างใกล้ชิดโดยตรง ในทุกๆ เรื่องที่เกี่ยวกับการจัดการอบรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องการเลือกสถานที่ เรื่องการเงิน ตารางการอบรม การประกาศข่าวประชาสัมพันธ์ และอื่นๆ

(**หมายเหตุ** : *ถ้าจำเป็นต้องเขียนจดหมายติดต่อเรื่องเงินกับท่านอาจารย์โกเอ็นก้าที่ประเทศอินเดีย ควรระบุให้ชัดเจนว่า เงินที่ท่านพูดถึงนั้นเป็นขององค์กร สมาคม หรือหน่วยงานของท่าน ที่สำคัญคือ จะต้องไม่ทำให้เกิดความไขว้เขวว่า เงินดังกล่าวเกี่ยวข้องกับท่านอาจารย์โกเอ็นก้าเป็นการส่วนตัว*)

รายการอาหารในหลักสูตร

เวลาที่คิดรายการอาหาร ขอให้เป็นอาหารมังสวิรัติที่ปรุงง่ายๆ มีประโยชน์ และไม่สิ้นเปลือง ผู้จัดการอบรมพึงระลึกว่า การปฏิบัติวิปัสสนาในแนวทางนี้มีลักษณะเฉพาะ จึงไม่ควรนำหลักปรัชญาหรือความคิดเห็นใดๆ มาปะปนในระหว่างการอบรม ถ้าเข้าใจอย่างนี้แล้ว ก็จะไม่มีการจัดรายการอาหารจำพวกที่ “เพิ่มสติรับรู้ด้วยอาหาร” หรือแนวคิดใน

ทำนองนี้ ไม่ว่าจะเป็น "อาหารเพื่อสุขภาพ" เช่น แมคโครไบโอติค (อายุวัฒนะ) ออแกนิค (เกษตรอินทรีย์) และอื่นๆ

สำหรับการขอ "อาหารพิเศษ" ควรทำความเข้าใจกับผู้ปฏิบัติว่า การอบรมดำเนินไปได้ด้วยเงินบริจาคเพียงอย่างเดียว ด้วยเหตุนี้ ผู้ปฏิบัติจึงอยู่ด้วยทานของผู้อื่น การยอมรับในสิ่งที่จัดเตรียมไว้ให้ จะช่วยให้เขาได้พัฒนาบารมีของตน โดยเฉพาะเนกขัมมะบารมี

ในแต่ละมื้อควรจัดเตรียมอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และผู้ปฏิบัติก็ควรจะรับประทานเฉพาะช่วงเวลาที่จัดไว้เท่านั้น นี่เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญของกฎระเบียบ

ในกรณีที่จำเป็นต้องจัดเตรียมอาหารพิเศษด้วยเหตุผลเรื่องสุขภาพ ควรปรึกษาอาจารย์หรือผู้ช่วยอาจารย์ให้ชัดเจนตั้งแต่ก่อนเริ่มการอบรม ในขณะที่เราพยายามจะอำนวยความสะดวกให้ได้ตามคำขอที่มีเหตุผล ขอให้พึงระลึกด้วยว่า อย่างน้อยตัวผู้ปฏิบัติเองก็ต้องมีสุขภาพกายและใจพร้อมที่จะเรียนรู้ธรรมะ ผู้จัดการอบรมไม่ควรรู้สึกว่าเป็นภาระที่จะต้องจัดอาหารพิเศษที่ยุ่งยากตามคำขอ เป็นเรื่องของผู้ปฏิบัติที่ต้องตัดสินใจเองว่าจะยอมรับสิ่งที่จัดให้ได้หรือไม่

การถูกเนื้อต้องตัว

อีกเรื่องที่สำคัญมากคือ ตั้งแต่เริ่มต้นจนสิ้นสุดการอบรมจะต้องไม่มีการถูกเนื้อต้องตัวกัน ไม่ว่าจะเป็นระหว่างเพศเดียวกันหรือเพศตรงข้ามก็ตาม ข้อนี้รวมถึงฝ่ายจัดการอบรมด้วย ส่วนเรื่องการนวดหรือการบำบัดรักษาทุกประเภทนั้น ยิ่งไม่ต้องพูดถึง

ข้อปฏิบัติในเรื่องของอาหาร การถูกเนื้อต้องตัว รวมถึงการนวด ศาสตร์การบำบัดต่างๆ โยคะ ไทเก็ก ฯลฯ ไม่ได้ใช้แค่ในเฉพาะระหว่างการอบรมเท่านั้น แต่ยังรวมถึงตลอดเวลาที่อยู่ในเขตปฏิบัติและในศูนย์ฯ ด้วย ทั้งนี้มิได้หมายความว่าเราจะติเตียนวิธีการเหล่านี้ แต่ในระหว่างการอบรมและอยู่ในศูนย์ฯ เราจะต้องรักษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาให้บริสุทธิ์จริงๆ

โอวาททิ้งท้ายของท่านอาจารย์โกเอ็นก้า เรื่องกองทุนธรรมะ

ข้าพเจ้าขอย้ำอีกครั้งว่า เรื่องการเงินจะต้องดำเนินการให้ถูกต้อง เงินทุกบาททุกสตางค์ที่ได้รับบริจาคมาจากผู้ปฏิบัติล้วนเป็นเงินที่ศักดิ์สิทธิ์ ควรใช้ในการเผยแผ่ธรรมะเท่านั้น อาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์ กรรมการ และผู้จัดการอบรม ไม่ใช่เจ้าของเงินนี้ จึงไม่

ควรนำไปใช้เพื่อประโยชน์ส่วนตัวของใครคนใด สำหรับอาจารย์และผู้ช่วยอาจารย์จะได้รับเฉพาะค่าเดินทาง ค่าอาหาร และค่ายารักษาโรคเท่าที่จำเป็นเท่านั้น เงินธรรมะไม่ควรนำไปจับจ่ายข้าวของ ท่องเที่ยว หรือใช้ในเรื่องส่วนตัวใดๆ

ขอให้ข้อปฏิบัติเหล่านี้ จงช่วยส่งเสริมให้การเผยแผ่ธรรมะขจรขจายไป ❖

ด้วยความเมตตาอย่างยิ่ง

เอส. เอ็น. โกเอ็นก้า



คำกล่าวปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

2 กุมภาพันธ์ 2528

เพื่อประโยชน์ของชนทั้งหลาย

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งหลาย

ถึงเวลาที่ผู้คนทั้งหลายจะได้เรียนรู้ธรรมะอีกครั้งหนึ่งแล้ว ดังเช่นที่ท่านอาจารย์อูบาขิ่นเคยกล่าวไว้ว่า "นาฬิกาแห่งวิปัสสนาได้เริ่มเดินแล้ว" นับเป็นความโชคดีที่พวกเราได้มีโอกาสพัฒนาบารมีด้วยการช่วยให้ธรรมะเผยแผ่ไป ธรรมะนั้นย่อมจะเผยแผ่ไปด้วยวิถีทางของธรรมะเอง มิใช่ด้วยความพยายามของบุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งโดยเฉพาะ เราจึงเป็นเพียงแค่เครื่องมือของธรรมะเท่านั้น สิ่งต่างๆ ขับเคลื่อนไปได้ด้วยความรวดเร็วยิ่ง นั่นก็เป็นเพราะธรรมะ ธรรมะนั้นยิ่งใหญ่และทรงพลัง จนสามารถทำให้ผู้ที่ไม่มีทักษะอะไรเลยกลับมีความเชี่ยวชาญขึ้นมาได้ และทำให้ผู้ที่ปราศจากความสามารถกลับมีศักยภาพเต็มเปี่ยมขึ้นมาได้

ธรรมะย่อมหาหนทางที่จะช่วยเหลือผู้ถึงเวลาอันควรแก่การหลุดพ้น ฉะนั้น ในช่วง 15 ปีที่ผ่านมานี้ จึงมีผู้คนจำนวนมากเข้ามาอุทิศตนรับใช้ผู้อื่นด้วยการเผยแผ่ธรรม อันที่จริงแล้วนี่มิใช่ภาระอะไรเลย หากเป็นความโชคดีมากกว่า และด้วยเหตุนี้เองที่ทำให้ธรรมะแผ่ขยายไปเกินความคาดหมาย ซึ่งมิใช่เฉพาะแต่ในประเทศอินเดีย ยังรวมถึงส่วนอื่นๆ ของโลกอีกด้วย นี่เป็นเพียงการเริ่มต้นเท่านั้น แต่ก็เป็นการเริ่มต้นที่ดีและทำให้มีกำลังใจ

บางครั้งมีคนมาบอกกับข้าพเจ้าว่า "ไม่น่าเชื่อเลยว่าท่านจะทำอะไรได้มากมายเพียงลำพังภายในเวลาอันสั้น" ข้าพเจ้าจึงบอกไปว่า "เราไม่อาจทำอะไรได้โดยลำพัง" ข้าพเจ้ายังจดจำได้ว่า นับตั้งแต่หลักสูตรแรกที่ข้าพเจ้าจัดการอบรม มีผู้มาช่วยจัดการดูแล ตระเตรียมทุกสิ่งทุกอย่างที่จำเป็น หลังจากนั้นก็มีผู้อาสาเข้ามารับใช้ธรรมะอย่างไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อยเรื่อยมา ถึงแม้พวกเขาจะมีภาระทางโลกต้องรับผิดชอบมากมาย แต่ก็ยังสละเวลามาทำงานเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น

ฝ่ายจัดการและอาจารย์นั้นเปรียบเสมือนกับล้อทั้งสองของเกวียน หรือปีกทั้งสองของ

นก หากขาดอาจารย์ไป ฝ่ายจัดการก็ไม่อาจช่วยเผยแผ่ธรรมได้ ในทำนองเดียวกัน อาจารย์เองก็ไม่อาจช่วยเผยแผ่ธรรมได้โดยปราศจากความช่วยเหลือของธรรมบริกร ข้าพเจ้ารู้สึกซาบซึ้งในบุญคุณของศิษย์ทั้งหลายที่ได้อุทิศตนช่วยงานตามกำลังความสามารถของตน เราไม่อาจทำงานได้โดยลำพัง แต่ต้องอาศัยการรับใช้อย่างเสียสละของศิษย์จำนวนมาก ข้าพเจ้ารู้สึกดีใจที่ผู้ช่วยอาจารย์ทั้งหลายได้รับความร่วมมือเช่นเดียวกันจากธรรมบริกรในที่ต่างๆ ทั่วโลก

ทั้งอาจารย์และธรรมบริกรต่างก็มีความสำคัญเท่าเทียมกัน พวกเขาไม่ควรรู้สึกว่าฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดมีบทบาทเหนือกว่า แน่นอนในขณะที่ผู้ช่วยอาจารย์นั่งอยู่บนธรรมาสน์ ธรรมบริกรที่ร่วมงานด้วยจะต้องให้ความเคารพ การทำเช่นนี้จะช่วยให้ธรรมบริกรพัฒนาคุณสมบัติที่ดี ในด้านที่มีความเคารพต่อพระธรรมยิ่งขึ้น มิใช่เป็นการเคารพที่ตัวบุคคล ทั้งนี้เพราะผู้ที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์นั้นถือเป็นเสมือนตัวแทนของพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ผู้ซึ่งได้ธำรงรักษาวิธีการปฏิบัตินี้ไว้อย่างบริสุทธิ์มากว่า 25 ศตวรรษ ฉะนั้น ธรรมบริกรจึงควรให้ความเคารพอย่างมีสติระลึกรู้ในเวทนา ด้วยความเข้าใจในอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา จงให้ความเคารพโดยยึดหลักดังกล่าว พร้อมทั้งระลึกว่าหน้าที่ของท่านคือการให้ความร่วมมือ เพื่อภารกิจของผู้ช่วยอาจารย์ที่ได้รับมอบหมายมา จะได้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ในขณะเดียวกัน ผู้ที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์ก็ต้องมีความอ่อนน้อมถ่อมตนเสมอ ต้องเข้าใจว่าผู้คนไม่ได้กำลังให้ความเคารพเขา แต่กำลังให้ความเคารพแก่ธรรมะ เขาเป็นเพียงตัวแทนของธรรมะ หน้าที่ของเราทุกคน ไม่ว่าจะเป็นธรรมบริกรหรืออาจารย์ก็คือการเผยแผ่ธรรม

ทั้งผู้ช่วยอาจารย์และธรรมบริกรต้องทำงานโดยปราศจากความเห็นแก่ตัว ทำงานโดยไม่คาดหวังสิ่งใดเป็นการตอบแทน ดังเช่นที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “เธอทั้งหลายจงจาริกไป เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขของชนทั้งหลาย เพื่ออนุเคราะห์โลก” ไม่ว่าท่านจะได้รับมอบหมายหน้าที่ความรับผิดชอบใด ก็ไม่มีอะไรแตกต่างกัน ความรับผิดชอบทุกอย่างล้วนมีความสำคัญเท่าเทียมกันหมด การช่วยเหลือทุกรูปแบบล้วนมีค่าทั้งสิ้น ขอเพียงแค่มีความตั้งใจที่จะช่วยงานให้ผู้คนจำนวนมากยิ่งๆ ขึ้นไปได้รับประโยชน์จากธรรมะ

แล้วธรรมบริกรเล่าจะได้รับอะไรตอบแทน เหตุใดเขาจึงยอมจากบ้านมารับใช้ธรรมะในระหว่างการอบรมโดยไม่ได้ค่าตอบแทนใดๆ เลย กลับยังต้องออกค่าเดินทางและค่าใช้จ่ายอื่นๆ เองเพื่อมาทำงาน โดยไม่คาดหวังว่าจะได้รับแม้แต่ความเคารพเสียด้วยซ้ำ การรับใช้ของเขาจึงปราศจากความเห็นแก่ตัวอย่างสิ้นเชิง

ในทำนองเดียวกัน แล้วผู้ช่วยอาจารย์จะได้รับอะไรบ้าง แม้แต่ความเคารพที่พวกเขาได้รับ แท้จริงแล้วก็เป็นความเคารพต่อพระธรรม ซึ่งหากผู้ช่วยอาจารย์เข้าใจได้เช่นนี้ ก็จะสามารถรับใช้ธรรมะโดยปราศจากความคาดหวังใดๆ แล้วธรรมจักรก็จะยังคงเคลื่อนต่อไปได้อย่างบริสุทธิ์

พระสมณโคดมทรงกล่าวไว้ว่า "จงเผยแผ่ธรรมด้วยการดำเนินชีวิตของตนให้บริสุทธิ์เป็นแบบอย่าง" การเอาแต่พร่ำสอนโดยไม่ลงมือปฏิบัตินั้นเปล่าประโยชน์ ผู้ช่วยอาจารย์และธรรมบริกรต้องเข้าใจถึงความสำคัญของการดำเนินชีวิตที่ดีงามและเป็นแบบอย่างแก่ผู้อื่น ขอให้ท่านจงจดจำเอาไว้เสมอ ไม่ว่าจะต้องรับผิดชอบในหน้าที่ใดก็ตาม ขอให้สำรวมทั้งกายและวาจา ดำเนินชีวิตอย่างบริสุทธิ์เพื่อประโยชน์ของตนเองและผู้อื่น หากท่านปฏิบัติได้เช่นนี้ ก็จะทำให้ผู้ที่ไม่มีศรัทธาในธรรมะ มีศรัทธาขึ้นมาได้ และทำให้ผู้ที่มีศรัทธาอยู่แล้วมีศรัทธายิ่งขึ้น ท่านจะดึงดูดผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ให้เข้ามาสู่ธรรมะเพื่อประโยชน์ของเขาเอง

ตราบใดที่รากฐานของธรรมะยังมั่นคง การรับใช้ของท่านย่อมจะให้ผลเสมอ ไม่ว่าท่านจะช่วยงานในฐานะของผู้ช่วยอาจารย์หรือด้วยวิธีอื่นใดก็ตาม จงพัฒนาธรรมะในตัวท่านให้เข้มแข็ง ด้วยการปฏิบัติธรรมอย่างสม่ำเสมอ แล้วท่านจะสามารถช่วยงานเผยแผ่ธรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อประโยชน์ของชนทั้งหลาย

รอบๆ ตัวเรานั้นมีความทุกข์อยู่มากมาย หากเราสามารถซับน้ำตาให้แก่ผู้ที่กำลังทุกข์ทรมานได้แม้เพียงไม่กี่คน ก็นับว่าเราพอจะได้ตอบแทนคุณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระสงฆ์ ผู้เป็นครูบาอาจารย์ทั้งหลายที่ได้สืบทอดวิธีการปฏิบัตินี้มาแต่อดีตกาลอยู่บ้าง

ขอพวกท่านทั้งหลายจงพัฒนาธรรมะให้เข้มแข็ง ขอให้ท่านจงเจริญงอกงามในธรรมและช่วยเหลือผู้อื่นให้เจริญงอกงามในธรรมด้วย ขอให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ได้รับประโยชน์จากการรับใช้ของท่าน

ขอให้กงล้อแห่งธรรมจงหมุนต่อไป ขอให้ประทีปแห่งธรรมจงสว่างไสวไปทั่วโลก ขอให้ความมืดมนแห่งอวิชชาจงมลายสิ้น ขอให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ จงหลุดพ้นจากความทุกข์ ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุข จงมีความสงบ จงหลุดพ้นเถิด ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



ที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

ธันวาคม 2528

จะรับใช้ธรรมะอย่างไรให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งชายและหญิงทั้งหลาย

เย็นนี้ข้าพเจ้าใคร่ขอพูดถึงเรื่องการรับใช้ธรรมะในระหว่างการอบรม การแบ่งแยกเขตชายหญิง และการใช้จ่ายเงินที่ได้รับบริจาคมาสักเล็กน้อย

วันนี้ก่อนที่จะมาพบกับพวกท่าน ข้าพเจ้าได้อ่านข้อปฏิบัติสำหรับธรรมบริกรอีกครั้ง นับเป็นข้อความที่งดงาม เปี่ยมด้วยธรรมะ พวกท่านทุกคนก็คงจะได้เคยอ่านข้อปฏิบัตินี้มาแล้ว จึงไม่จำเป็นที่ข้าพเจ้าจะต้องกล่าวซ้ำอีก แต่ถ้าเอกสารดังกล่าวถูกทิ้งอยู่ในสำนักงานของศูนย์ฯ เฉยๆ โดยที่พวกท่านไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำเหล่านั้น ก็ย่อมจะไม่เกิดประโยชน์ใดๆ ท่านต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบนี้

ขณะนี้ท่านได้มาอยู่บนผืนแผ่นดินธรรมก็เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง ถึงแม้ว่าท่านจะกำลังรับใช้ผู้อื่น แต่ก็เป็นการทำเพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง ข้าพเจ้าอยากให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาทุกๆ คนเห็นแก่ตนเอง นี่คือคำสอนของพระพุทธเจ้า จงเห็นแก่ประโยชน์ตน แต่ท่านก็ต้องเข้าใจว่าการเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนที่แท้จริงนั้นอยู่ตรงไหน มโนกรรมคือการกระทำที่แท้จริง หาใช่กายกรรมหรือวจีกรรมไม่ นี่เป็นสิ่งที่ท่านได้เรียนรู้จากธรรมะ หากมโนกรรมของท่านเป็นอกุศลเสียแล้ว ท่านก็จะทำร้ายตัวเอง ถึงแม้จะดูเหมือนว่าท่านกำลังให้ความช่วยเหลือมากมายแก่ผู้เข้าอบรมอยู่ก็ตาม

การรับใช้ธรรมะนั้นมีสองลักษณะด้วยกัน ลักษณะแรกเป็นงานที่ท่านไม่ต้องเข้าไปเกี่ยวข้องกับผู้ปฏิบัติ เช่น ท่านอาจจะรดน้ำต้นไม้ ทำความสะอาดอาคารหรือห้องน้ำ ส่วนงานในลักษณะที่สองนั้น ต้องติดต่อเกี่ยวข้องกับผู้เข้าอบรมโดยตรง แต่ไม่ว่าการรับใช้ธรรมะของท่านจะต้องติดต่อเกี่ยวข้องกับผู้เข้าอบรมหรือไม่ ท่านก็ควรจะได้รับประโยชน์สูงสุดจากการมาอยู่ที่นี่

ขณะที่ท่านให้บริการในลักษณะที่ไม่ต้องเข้าไปข้องเกี่ยวกับผู้ปฏิบัติ ขอให้เฝ้าสังเกต

ดูว่าตัวท่านเองมีความยินดีเบิกบานอย่างไร ระหว่างที่ท่านกำลังเก็บกวาดหรือทำความสะอาดอยู่นั้น ท่านควรจะมีความปลาบปลื้มใจว่า "ความประทับใจแรกของผู้ปฏิบัติใหม่ที่เข้ามาในศูนย์ฯ นั้นเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง การรับใช้ของฉันจะเป็นประโยชน์แก่ผู้คนจำนวนมากที่มาเยือน !"

เวลาที่ท่านรดน้ำต้นไม้ ก็ควรจะมีแต่ความยินดีเบิกบาน รู้สึกผูกพันใกล้ชิดกับต้นไม้ทุกต้น และในขณะที่ท่านดูแลต้นไม้ด้วยความรักอยู่นั้น ท่านก็จะเริ่มสัมผัสได้ว่า ต้นไม้สร้างกระแสแห่งความรักความเมตตาและกระแสแห่งธรรมะออกมาได้อย่างไร งานของท่านจะไม่มีคุณค่าอะไรเลย หากขาดความยินดีเบิกบานในขณะที่กำลังทำงาน ถ้าท่านคิดว่า "ฉันต้องการจะมาเข้าปฏิบัติติดๆ กัน แต่ฝ่ายจัดการไม่ยอม แล้วนี่ตัวฉันเองก็ไม่มีเงินพอที่จะไปพักตามโรงแรม ฉะนั้น ก็น่าจะอยู่ที่นี่เสีย แล้วจำใจกล้ำกลืนรับใช้ธรรมะไปอย่างนั้นๆ" ท่านก็จะทำลายบรรยากาศของผืนแผ่นดินธรรมนี้ไปพร้อมๆ กับทำร้ายตัวเองด้วย

ถ้าการรับใช้ของท่านต้องเกี่ยวข้องกับผู้ปฏิบัติโดยตรง ท่านก็จะต้องคอยเฝ้าสังเกตตัวเองว่า "การรับใช้ธรรมะนี้เป็นการทำร้ายตัวฉัน หรือเป็นการช่วยตัวฉันเอง" จงเห็นแก่ประโยชน์ของตัวท่านเอง บางครั้งในระหว่างชั่วโมงปฏิบัติรวม ข้าพเจ้าได้เห็นผู้ปฏิบัติใหม่ลุกออกจากห้องไป ซึ่งอาจจะด้วยความไม่เข้าใจหรือเพราะมีเหตุจำเป็นจริงๆ แต่แล้วข้าพเจ้าก็ต้องรู้สึกเศร้าใจที่เห็นธรรมบริกรหน้านิ่วคิ้วขมวดวิ่งตามผู้ปฏิบัติคนนั้นไป เขาจะทำอย่างไรตอนที่อยู่ข้างนอกนั่น ข้าพเจ้าทราบดีว่าเขาจะต้องพูดกับผู้ปฏิบัติด้วยอารมณ์ที่ขุ่นมัว ถ้าผู้รับใช้ธรรมะได้แต่ทำหน้านิ่วคิ้วขมวดแล้ว จะเป็นการรับใช้ธรรมะแบบไหนกัน ท่านไม่อาจช่วยผู้อื่นได้ในขณะที่มีความรู้สึกขุ่นมัว แม้ผู้ปฏิบัติใหม่คนนั้นจะตั้งใจทำผิดกฎ ไม่เคารพระเบียบวินัยของศูนย์ฯ แต่หน้านิ่วคิ้วขมวดของท่านจะช่วยอะไรได้ ท่านต้องมีสีหน้ายิ้มแย้มและมีความเมตตาต่อเขา ท่านมาที่นี่ก็เพื่อรับใช้เขา หากท่านไม่เข้าใจประเด็นนี้แล้ว การให้บริการของท่านก็ย่อมไม่ใช่การรับใช้ธรรมะ

ข้าพเจ้าได้รับจดหมายจากผู้ที่มาปฏิบัติที่ธรรมคีรี เขียนบอกว่า พวกเขารู้สึกประทับใจธรรมบริกรมาก หลายๆ คนทำงานด้วยความเบิกบาน มีเมตตากรุณา แต่ขณะเดียวกันข้าพเจ้าก็ได้รับจดหมายติเตียนว่า "นี่คือแบบอย่างของธรรมะหรือ ธรรมบริกรที่ผมเจอนั้นมีแต่อารมณ์ขุ่นมัว ไม่มีเมตตาเลยสักนิด จนทำให้ผมรู้สึกว่าบรรยากาศทั้งหมดนั้นเต็มไปด้วยความขุ่นมัว" ถ้าธรรมบริกรเกิดความรู้สึกที่ไม่ดีต่อผู้ปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติก็จะรู้สึกได้จากบรรยากาศโดยรอบ ความผิดพลาดซึ่งอาจเกิดจากความกระตือรือร้นที่จะรับใช้ธรรมะ

ทำให้ท่านสร้างอุปสรรคขวางกั้นไม่ให้ผู้ปฏิบัติเจริญงอกงามในธรรม เขาจะไม่กลับมาปฏิบัติที่ศูนย์ฯ อีกเลย ทั้งยังจะขัดขวางผู้อื่นที่อาจต้องการมาเข้าปฏิบัติ โดยบอกว่า "ผู้คนในศูนย์ฯ นั้นน่ะดีแต่พูดคุยถึงเรื่องธรรมะ แต่ไม่ได้เอาไปปฏิบัติเลย"

ถ้าท่านมีท่าทีที่หยาบกระด้าง ปราศจากความรักความเมตตา หรือความเห็นอกเห็นใจต่อผู้ปฏิบัติแล้ว ไม่ว่าท่านจะทำงานหนักเพียงใด ก็เท่ากับท่านไม่ได้รับใช้พวกเขาเลย ตรงกันข้าม ท่านควรจะคิดว่า "การรับใช้ธรรมะของฉัน ทำให้ฉันสามารถให้กำลังใจแก่ผู้ปฏิบัติที่ต้องเผชิญกับความยากลำบาก เหมือนที่ฉันเคยเผชิญในตอนที่มาเข้าปฏิบัติใหม่ๆ" ไม่ใช่ว่าท่านจะปล่อยปละละเลยเมื่อมีผู้ปฏิบัติฝ่าฝืนกฎระเบียบ แต่ท่านต้องเข้าหาพวกเขาด้วยความเมตตา หากท่านรับใช้ธรรมะได้เช่นนี้แล้ว ท่านก็จะรับใช้ไม่ใช่แต่เฉพาะผู้เข้าอบรม หากยังรับใช้ตัวเองด้วย

มีผู้ปฏิบัติชาวตะวันตกจำนวนมากมารับใช้ธรรมะที่ธรรมคีรี ซึ่งเป็นศูนย์ฯ ที่มีชาวอินเดียมาเข้ารับการอบรมเป็นจำนวนมาก แม้จะมีความยากลำบากในการสื่อสาร เพราะธรรมบริกรไม่รู้ภาษาถิ่น แต่ข้าพเจ้าก็พยายามบอกอยู่เสมอว่า "ภาษาธรรมะนั้นเป็นภาษาที่ทุกคนเข้าใจได้ ไม่จำเป็นต้องพูดอะไรเลย" ถ้ามีผู้ปฏิบัติชาวอินเดียทำผิดกฎระเบียบ ก็เพียงแต่เดินเข้าไปหาพร้อมรอยยิ้ม และพนมมือไหว้ตามธรรมเนียมทักทายของชาวอินเดีย แล้วผู้ปฏิบัติคนนั้นก็จะเข้าใจได้เอง โดยที่ท่านไม่ต้องปริปากสักคำ การพูดพร่ำยาวเหยียด ทำหน้านิ่วคิ้วขมวด จะไม่ช่วยให้สถานการณ์ดีขึ้นได้เลย

คราวนี้ข้าพเจ้าจะขอพูดถึงเรื่องการแบ่งเขตชายหญิงสักเล็กน้อย ข้าพเจ้าทราบว่าผู้ปฏิบัติชาวตะวันตกส่วนใหญ่มาจากวัฒนธรรมที่ไม่มีการแบ่งแยกชายหญิง จึงไม่อาจเข้าใจได้ว่าเรื่องนี้มีความจำเป็นเช่นไร แต่พระพุทธองค์ทรงให้ความสำคัญกับเรื่องนี้เป็นพิเศษ ถือเป็นส่วนหนึ่งในพระธรรมคำสอน เราได้พบเจอกับเหตุการณ์ที่มาร (หมายถึงพลังอำนาจที่คอยขัดขวางการหลุดพ้น) ก่อเรื่องยุ่งยากนี้ให้แก่ผู้ปฏิบัติ ซึ่งมิใช่มีเพียงหนึ่งหรือสองราย หากแต่มีนับร้อยๆ รายเลยทีเดียว ศัตรูตัวฉกาจที่สุดของท่านก็คือกามราคะ ปกติแล้วผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจะสามารถขจัดกิเลสอื่นๆ ออกไปได้ทีละตัวโดยไม่ยากลำบากนัก แต่สำหรับกามราคะนั้นเป็นกิเลสที่ฝังรากลึกมากจนยากที่จะขุดรากถอนโคนได้ง่ายๆ

มีอันตรายสองอย่างที่อาจเกิดขึ้น อย่างแรกคือ มารอาจจะไปกระตุ้นเชื้อของกามราคะในตัวท่านให้กระพือขึ้น ท่านอาจพูดคุยกับเพศตรงข้ามโดยไม่มีเจตนาอกุศล แต่เมื่อท่านได้เริ่มพูดคุย เข้าไปใกล้อีกฝ่ายมากขึ้นๆ ความใกล้ชิดนี้อาจไปกระตุ้นกามราคะขึ้นได้

ที่นี่ก็เปรียบเสมือนโรงพยาบาลที่กำลังมีการผ่าตัดจิตในระดับลึก ซึ่งการผ่าตัดนี้อาจไปกวนให้สังขารของกามราคะผุดโผล่ขึ้นมา เมื่อท่านพูดคุยและยืนอยู่ใกล้ๆ กับเพศตรงข้าม สังขารนี้อาจมีอำนาจครอบงำท่าน จนทำให้ท่านก่อเรื่องผิดพลาดขึ้นได้ ซึ่งจะเป็นอันตรายทั้งต่อตัวท่านเองและอีกฝ่ายหนึ่งด้วย

ยังมีอันตรายอีกอย่าง โดยเฉพาะสำหรับผู้ปฏิบัติชาวตะวันตกที่อยู่ในศูนย์ฯ ที่อินเดีย มีภาษิตซึ่งกล่าวเอาไว้ดีมากว่า "เข้าเมืองตาหลิ่ว ให้หลิ่วตาตาม" เมื่อท่านมาอยู่ในประเทศนี้ ก็จงลืมสิ่งที่ได้ประพฤติปฏิบัติในประเทศของท่านเสีย และขอให้เข้าใจว่า ท่านกำลังอยู่ในสังคมที่มีมุมมองทัศนคติต่างไปจากโลกตะวันตกอย่างสิ้นเชิง น่าเสียดายว่าผู้ที่เรียกตัวเองเป็นครูอาจารย์จากประเทศอินเดีย ได้สอนแต่สิ่งที่เป็นเปลือกกระพี้ในประเทศตะวันตก แล้วบอกว่านี่คือวิปัสสนา ด้วยเหตุนี้ จึงทำให้ชาวอินเดียจำนวนมากรู้สึกคลางแคลงใจในผู้ปฏิบัติชาวตะวันตก รวมไปถึงครูผู้สอนด้วย พวกเขาสงสัยว่าศูนย์วิปัสสนาคงจะเป็นสถานที่มั่วสุมทางเพศ ถ้าชาวอินเดียได้เห็นคู่สามีภรรยาชาวตะวันตกในลักษณะอาการใกล้ชิดสนิทสนม ขณะที่นั่ง นอน หรือเดินด้วยกันในสถานที่ปฏิบัติธรรมแห่งนี้แล้ว พวกเขาย่อมต้องเกิดความรู้สึกเคลือบแคลงเป็นแน่ ท่านไม่เข้าใจหรอกว่า ท่านคือผู้ที่กำลังขัดขวางไม่ให้ธรรมะเบ่งบานในดินแดนแห่งนี้

เป็นไปได้ที่ทั้งชายหญิงชาวตะวันตกจะเดินด้วยกัน โดยไม่มีเรื่องของกามราคะอยู่ในใจ พวกเขาอาจเดินโอบกันไปด้วยซ้ำ แต่ถ้าผู้คนในโลกตะวันออกเห็นภาพนี้เข้า ก็อาจเร้าอารมณ์ด้านกามราคะของเขาขึ้นมา เพราะที่นี่ไม่มีใครประพฤติเช่นนี้ แม้แต่คู่สามีภรรยาก็ไม่ทำเช่นนี้ในที่สาธารณะ ท่านจึงกลายเป็นผู้ที่บ่มเพาะเชื้อมารให้แก่ผู้ปฏิบัติชาวอินเดียและได้เริ่มทำร้ายพวกเขาด้วย

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตระหนักถึงเรื่องนี้ เมื่อท่านเข้ามาในดินแดนของธรรมะ ก็ต้องรู้จักที่จะใช้ชีวิตอยู่เยี่ยงพระภิกษุหรือภิกษุณี จงระมัดระวังให้มาก การแบ่งแยกเขตชายหญิงจะช่วยให้ท่านขจัดกามราคะที่อยู่ในระดับลึกที่สุด ทั้งยังเอื้อไม่ให้เกิดกามราคะขึ้นได้ง่ายๆ อีกด้วย

แม้กฎข้อนี้จะดูไม่ค่อยถูกใจนัก แต่ก็เป็นไปเพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง เวลาที่ท่านไปโรงพยาบาล ท่านจำต้องปฏิบัติตามกฎของโรงพยาบาล ไม่ว่าท่านจะชอบหรือไม่ก็ตาม เพราะกฎเหล่านั้นเป็นไปเพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง ในทำนองเดียวกัน เมื่อท่านเข้ามายังโรงพยาบาลแห่งนี้ โรงพยาบาลธรรมะ ท่านก็ต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบต่างๆ ของที่นี่

ขอให้ท่านปฏิบัติตามอย่างเต็มใจ ไม่ใช่ด้วยความหงุดหงิดคับข้อง กฎระเบียบมีไว้เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเองและของทุกๆ คนที่เข้ามาในสถานที่แห่งนี้

ทีนี้ข้าพเจ้าจะขอพูดถึงเรื่องการใช้จ่ายเงินที่ได้รับบริจาคมาอีกสักหน่อย ถ้าในระหว่างที่รับใช้ธรรมะ ธรรมบริกรได้ใช้จ่ายเงินบริจาคไปอย่างสูญเปล่าแม้เพียงสตางค์แดงเดียว ก็เท่ากับเขาไม่ได้รับใช้ธรรมะอย่างแท้จริงเลย คนเรานั้นต้องทำงานหนักกว่าจะหาเงินมาได้โดยสุจริต จึงเป็นการยากที่พวกเขาจะยอมสละให้ง่ายๆ ฉะนั้น เงินบริจาคทุกบาททุกสตางค์ที่ได้รับมา จึงต้องใช้จ่ายอย่างเหมาะสมด้วยความระมัดระวัง ธรรมบริกรจะต้องไม่ใช้เงินบริจาคไปอย่างสุรุ่ยสุร่ายแม้เพียงสตางค์แดงเดียว

ในสมัยพุทธกาลได้มีพระมหากษัตริย์ผู้มั่งคั่งพระองค์หนึ่งทรงถวายผ้าไตรจีวร ๕๐๐ ชุด แก่เหล่าพระภิกษุสงฆ์ แม้ผ้าไตรจีวรเหล่านี้จะมีราคาน้อยนิดสำหรับพระองค์ แต่กระนั้นก็ยังทรงอดห่วงไม่ได้ พระองค์จึงได้ตรัสถามพระอานนท์ องค์อุปัฏฐากของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า "ท่านจะนำจีวรใหม่ ๕๐๐ ชุดที่ข้าพเจ้าถวายแก่พระสงฆ์ไปทำอะไร"

"เราจะนำไปเก็บไว้" พระอานนท์ตอบ

"เพราะเหตุใด"

"เราจะมอบจีวรผืนใหม่ให้แก่พระภิกษุ ก็ต่อเมื่อเราเห็นว่าจีวรของพระภิกษุรูปนั้นขาดแล้วเท่านั้น นี่เป็นวิธีที่เราใช้ทานที่ได้รับมา"

"แล้วท่านจะจัดการอย่างไรกับจีวรที่เก่าและขาดนั้นเล่า" พระเจ้าแผ่นดินตรัสถามต่อ

"เราก็จะนำจีวรผืนเก่านั้นมาตัดทำเป็นผ้าปูนอน"

"ดีจริง แต่ถ้าผ้าปูนอนนั้นขาด ท่านจะทำอย่างไร"

"เราก็จะนำมาตัดเป็นชิ้นและใช้เป็นผ้าเช็ดตัว" พระอานนท์ตอบ

"ดีจริงๆ แต่ถ้าผ้าเหล่านั้นขาด แล้วท่านจะนำไปทำอะไร"

"เราก็จะนำมาตัดเป็นชิ้นเล็กๆ ใช้เป็นผ้าเช็ดมือ"

"แล้วถ้าผ้าเหล่านั้นขาดอีก ท่านจะนำไปทำอะไร"

"เราก็จะนำเศษผ้าเหล่านั้นมาเย็บปะกัน เป็นผ้าเช็ดเท้าให้แก่ผู้ที่ย่ำโคลนมา"

"วิเศษแท้ๆ และถ้าเศษผ้าเหล่านั้นขาดรุ่ย ท่านจะทำอย่างไรต่อไป"

"เราก็จะเอาไปตีให้เปื่อยยุ่ยและนำไปใช้ประโยชน์ต่อ"

"วิเศษแท้ๆ"

นี่คือแนวทางของพระพุทธองค์ ผู้ที่บริจาคทานย่อมปรารถนาที่จะให้ทานของตนได้

รับการใช้สอยไปในทางที่ถูกที่ควร ถ้าหากพวกเขามาที่นี่ แล้วพบว่าเราใช้สอยสิ่งต่างๆ อย่างสุรุ่ยสุร่าย พวกเขาก็จะคิดว่าผู้คนที่นี่ไม่ใส่ใจกับทานที่ได้รับบริจาคมา แล้วจะไม่บริจาคอะไรให้อีก หากมีเรื่องเช่นนี้เกิดขึ้น นั่นเท่ากับว่าท่านไม่ได้ช่วยผู้บริจาคคนก่อนๆ และผู้ปฏิบัติใหม่เลย เราต้องใช้เงินทุกบาททุกสตางค์อย่างเหมาะสม

ขอให้ท่านจงจดจำทั้งสามเรื่องนี้ไว้ นั่นคือ การรับใช้ของท่านต้องเป็นการรับใช้ธรรมะที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตัวท่านจริงๆ ต้องเคร่งครัดเรื่องการแบ่งแยกเขตชายหญิง ซึ่งก็เป็นไปเพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง และสุดท้าย ขอให้ใช้ประโยชน์จากทานที่ได้รับบริจาคมาอย่างคุ้มค่าที่สุด นี่ก็เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเองอีกเช่นกัน

หากท่านทำงานเพื่อประโยชน์ของตนเอง ท่านก็จะพบว่าท่านได้กำลังเริ่มต้นช่วยเหลือผู้อื่นไปในตัวด้วยเช่นกัน ธรรมะนั้นเป็นไปเพื่อความผาสุก เพื่อประโยชน์ เพื่อความหลุดพ้นทั้งแก่ตนเองและแก่ผู้อื่น

ขอให้ท่านทั้งหลายจงใช้ประโยชน์จากธรรมะอย่างดีที่สุดในขณะที่อยู่ที่นี่ ถ้าหากการรับใช้ของท่านดีอยู่แล้ว ก็จงทำต่อไป และปรับปรุงให้ดียิ่งๆ ขึ้นเท่าที่จะทำได้ แต่ถ้าหากท่านยังไม่รู้ว่าจะรับใช้ธรรมะให้ดีได้อย่างไร ก็ขอให้เรียนรู้เสียตั้งแต่บัดนี้ รับใช้ธรรมะให้ดีและสั่งสมบุญกุศลไว้ จงชำระจิตให้บริสุทธิ์ จงพัฒนาบารมีต่างๆ ของตัวท่านเอง และหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



ที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

มิถุนายน 2529

รับใช้ธรรมะเพื่อให้กงล้อหมุนต่อไป

ธรรมบริกรที่รักทั้งหลาย

จุดมุ่งหมายของการรับใช้ธรรมะคืออะไร ผู้ที่เป็นธรรมบริกรย่อมเข้าใจดี แน่นอน จุดมุ่งหมายมิใช่เพื่อแลกกับอาหารและที่พัก หรือเพื่อมาฆ่าเวลาอยู่ในสภาพแวดล้อมที่สะดวกสบาย หรือเพื่อหลีกหนีจากภาระหน้าที่ในชีวิตประจำวัน

ผู้เป็นธรรมบริกรคือผู้ที่ได้เข้ารับการอบรมวิปัสสนามาแล้ว และได้ประจักษ์แจ้งถึงประโยชน์ของวิปัสสนาด้วยตนเอง เขาเคยเห็นการรับใช้ธรรมะที่ปราศจากอัตตาของอาจารย์ ผู้จัดการ และธรรมบริกร ซึ่งช่วยให้เขาได้มีโอกาสลิ้มรสของธรรมะที่ไม่มีอะไรเทียบเทียมได้ เขาจึงเริ่มก้าวเดินไปบนเส้นทางแห่งอริยมรรคนี้ พร้อมๆ กับพัฒนาคุณธรรมอันหาได้ยากยิ่ง คือความกตัญญูหรือความปรารถนาที่จะตอบแทนบุญคุณ

ทั้งอาจารย์ ผู้จัดการ และธรรมบริกร ต่างก็ทำงานโดยไม่หวังผลตอบแทนใดๆ รวมทั้งจะไม่รับข้าวของเงินทองใดๆ เป็นการตอบแทนด้วย ฉะนั้น หนทางเดียวที่จะทดแทนบุญคุณของบุคคลเหล่านี้ได้ ก็คือการช่วยกันหมุนกงล้อธรรมให้ดำเนินต่อไป ด้วยการรับใช้ผู้อื่นอย่างไม่เห็นแก่ตัวเช่นเดียวกัน นี้แหละคือเจตนารมณ์ที่ดีงามในการรับใช้ธรรมะ

ในขณะที่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาเจริญก้าวหน้าไปบนเส้นทางธรรม เขาจะเปลี่ยนนิสัยเก่าๆ จากที่เคยถือตนเป็นใหญ่มาเริ่มคิดถึงผู้อื่นมากขึ้น ทั้งยังเห็นว่าผู้คนทั่วทุกหนแห่ง ไม่ว่าจะหนุ่มสาวหรือแก่ชรา หญิงหรือชาย ดำหรือขาว รวยหรือจน ล้วนแล้วแต่ต้องเผชิญกับความทุกข์ด้วยกันทั้งสิ้น แม้กระทั่งตัวเขาเอง ก่อนหน้าที่จะได้มาพบกับธรรมะ ก็เคยมีความทุกข์เช่นกัน เขารู้ว่าผู้คนที่มาเดินบนหนทางนี้ก็เหมือนๆ กับเขา ที่ได้เริ่มสัมผัสกับความสุขสงบอันแท้จริง เมื่อเขาได้เห็นความเปลี่ยนแปลงนี้ ก็ย่อมจะเกิดความรู้สึกปีติและท่วมท้นไปด้วยความเมตตา ยิ่งทำให้มีแต่ความปรารถนาที่จะช่วยผู้คนทั้งหลายให้หลุดพ้นจากความทุกข์ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนา

แน่นอน การจะพัฒนาวุฒิภาวะจนกระทั่งได้รับแต่งตั้งและฝึกอบรมให้สอนธรรมะได้นั้นต้องใช้เวลา แต่ก็ยังมีวิธีการอื่นๆ อีกมากมายที่สามารถรับใช้ผู้มาเข้าปฏิบัติวิปัสสนา ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นการกระทำที่สูงส่งทั้งสิ้น แท้จริงแล้วการอาสาเข้ามาเป็นธรรมบริกรที่อ่อนน้อมถ่อมตนธรรมดาๆ นั่นแหละคือความมุ่งมั่นอันสูงส่ง

นอกจากนี้ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนายังจะได้ประจักษ์แจ้งในกฎธรรมชาติที่ว่า การกระทำทางกายและทางวาจาที่มุ่งร้ายต่อผู้อื่น ย่อมทำร้ายผู้ที่กระทำด้วย ในขณะที่การช่วยเหลือผู้อื่นจะนำแต่ความสุขสงบมาให้ ดังนั้น การช่วยเหลือผู้อื่นจึงเท่ากับเป็นการช่วยเหลือตนเอง เป็นประโยชน์แก่ตนเองด้วย ถือเป็นการบำเพ็ญบารมีที่จะช่วยให้การปฏิบัติก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็วและมั่นคงยิ่งขึ้น แท้จริงแล้วการรับใช้ผู้อื่นก็คือการรับใช้ตัวเองด้วย เมื่อเข้าใจความจริงข้อนี้ ก็ยิ่งเกิดความมุ่งมั่นที่จะเข้าร่วมในภารกิจอันมีค่าเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์

แต่จะรับใช้ธรรมะให้ดีที่สุดได้อย่างไร หากธรรมบริกรไม่รู้ข้อนี้ ก็จะไม่สามารถช่วยเหลือผู้อื่นหรือตัวเองได้ กลับมีแต่จะทำให้เกิดผลร้ายเสียด้วยซ้ำ ไม่ว่าภารกิจในการเผยแผ่ธรรมะจะมีค่าสูงส่งเพียงใด การช่วยเหลือผู้อื่นจะไม่มีทางสัมฤทธิ์ผลอย่างแท้จริงได้เลย ถ้าเจตนารมณ์ของธรรมบริกรไม่บริสุทธิ์ การรับใช้ธรรมะจะไม่เกิดประโยชน์เลย ถ้าเป็นไปเพื่อเพิ่มพูนอัตตาตัวเองหรือเพื่อหวังสิ่งตอบแทน แม้จะเป็นเพียงแค่คำชมหรือคำพูดสรรเสริญเยินยอก็ตาม

ในขณะที่รับใช้ธรรมะ พวกท่านต้องปฏิบัติวิปัสสนาอย่างน้อยวันละ 3 ครั้งๆ ละ 1 ชั่วโมง เพื่อให้มีความพร้อมที่จะทำงานต่อไป ถ้าท่านรู้สึกว่าในใจว้าวุ่นหรือมีแต่ความรู้สึกที่ไม่ดีจนไม่สามารถทำงานได้อย่างที่ควร ก็ควรจะหยุดพักและปฏิบัติให้มากขึ้น ท่านต้องช่วยเหลือตัวเองก่อน ขอให้เข้าใจว่าตราบใดที่ท่านยังไม่อาจช่วยเหลือตัวเอง ทำให้ตัวเองตั้งมั่นอยู่ในธรรมะได้ ท่านก็ไม่อาจจะช่วยเหลือผู้อื่นได้ คนพิการย่อมไม่อาจช่วยคนพิการด้วยกันได้ คนตาบอดก็ไม่อาจนำทางคนตาบอดด้วยกันได้ ท่านจึงต้องพัฒนาตัวเองให้เข้มแข็งพอที่จะรับใช้ธรรมะได้

การกระทำทุกอย่างของพวกท่านล้วนมีความสำคัญ เพราะผู้ปฏิบัติจะคอยจับตามองพฤติกรรมของอาจารย์ ผู้จัดการ และธรรมบริกร หากพวกเขาพบว่าบุคคลเหล่านี้อารมณ์เสียง่าย ก็จะหมดความเชื่อมั่น ตรงกันข้าม ถ้ามีแต่ความสงบ ยิ้มแย้ม เอื้อเฟื้อ และเต็มไปด้วยความเมตตา ไม่มีวี่แววของความมุ่งร้ายใดๆ อยู่เลย พวกเขาก็ย่อมมีกำลังใจที่จะก้าว

เดินไปบนเส้นทางนี้ด้วยความพากเพียรอย่างแน่นอน

ขอให้ตระหนักว่าพวกท่านมีความรับผิดชอบที่ใหญ่หลวง การกระทำทุกอย่างของพวกท่านบนผืนแผ่นดินธรรมนี้ ควรทำให้ผู้ปฏิบัติที่มาใหม่เกิดความเลื่อมใสศรัทธาในธรรมะ และทำให้ผู้ปฏิบัติเก่ามีความเลื่อมใสศรัทธายิ่งๆ ขึ้นไป

ท่านคาดหวังให้ผู้ปฏิบัติใหม่รักษาศีลและเคารพกฎระเบียบของหลักสูตรอย่างไร ท่านก็ต้องระมัดระวังเรื่องกฎระเบียบและรักษาความเงียบให้ได้มากที่สุดเช่นกัน ขอให้พูดแต่สิ่งที่เป็นสาระ ด้วยความสุภาพอ่อนโยน เป็นจริง และเป็นประโยชน์ ในระหว่างที่รับใช้ธรรมะนี้ ท่านต้องรักษาศีลห้าด้วย ถ้าท่านทำผิดศีลข้อใดข้อหนึ่งไป ก็จะทำลายบรรยากาศของศูนย์และทำร้ายผู้อื่น

ธรรมบริกรไม่ใช่เป็นผู้คุม แต่เป็นผู้รับใช้ เป็นผู้ที่คอยรับใช้ธรรมะ ผู้ปฏิบัติก็ไม่ใช่นักโทษ แน่นอนว่าผู้ปฏิบัติจะต้องเคารพกฎระเบียบต่างๆ แต่ถ้าท่านพบว่ามีใครคนหนึ่งฝ่าฝืนกฎ ก็ไม่ได้หมายความว่าธรรมบริกรจะต้องปฏิบัติกับเขาดังเช่นผู้คุมทำกับนักโทษ ไม่ใช่อย่างนั้นเลย ท่านต้องมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ ถ้ามีใครทำผิด ก็แสดงว่าเขาอาจจะไม่รู้ หรือไม่ก็กำลังมีความสับสนปั่นป่วนอย่างมาก ธรรมบริกรที่ดีจะต้องมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจว่า “ผู้ปฏิบัติคนนี้กำลังเป็นทุกข์ ฉันจะช่วยให้เขาพ้นจากความทุกข์นี้ได้อย่างไร” เราไม่อาจช่วยเขาได้ด้วยการลงโทษ หรือใช้ถ้อยคำที่ก้าวร้าวเต็มไปด้วยความโกรธเกลียด เพราะเท่ากับเป็นการโยนไฟใส่คนที่กำลังรุ่มร้อนอยู่แล้ว เขาต้องการคำพูดปลอบประโลมใจที่เต็มไปด้วยความรักความเมตตามากกว่า

บางครั้งท่านอาจต้องใช้คำพูดที่เด็ดขาด แต่จะต้องไม่ใช่ถ้อยคำที่เสียดแทงหรือเต็มไปด้วยความมุ่งร้าย ถ้าท่านพลั้งปากไปโดยไม่ตั้งใจ ก็ให้ดูว่าท่านรู้ตัวเร็วเพียงใด จากนั้นก็พัฒนาความรักความเมตตาต่อผู้ปฏิบัติคนนั้น แล้วหาโอกาสพูดจากับเขาด้วยความรักความเมตตาพร้อมรอยยิ้ม ถ้าเขารู้สึกขุ่นมัวกับการกระทำที่ผิดพลาดของท่าน ความขุ่นมัวของเขาก็จะหายไป และกลับมาปฏิบัติด้วยความกระตือรือร้นอีกครั้ง

ขอให้ระลึกว่า ถึงแม้ท่านจะเป็นธรรมบริกร แต่ท่านก็มีสถานะเป็นผู้ปฏิบัติด้วย เพราะฉะนั้น จงอย่าได้เล่นบทอาจารย์ ถ้ามีผู้ปฏิบัติมาถามคำถามเกี่ยวกับการปฏิบัติ ก็อย่าได้กระตือรือร้นที่จะให้คำแนะนำใดๆ แต่ให้พาเขาไปพบอาจารย์ด้วยความอ่อนน้อม ให้อาจารย์เป็นผู้ตอบคำถามเอง

ในระหว่างที่รับใช้ธรรมะ ท่านอาจให้ข้อเสนอแนะได้ แต่อย่าคาดหวังว่าผู้จัดการหรือ

อาจารย์จะยอมรับข้อเสนอนั้น จงอย่าปล่อยให้อัตตาของท่านกระพือขึ้น มิฉะนั้น ท่านก็จะเริ่มทำร้ายตัวเอง ถ้าท่านรู้สึกขัดเคือง เพราะความคิดเห็นของท่านไม่เป็นที่ยอมรับ แสดงว่าท่านไม่ได้เรียนรู้ธรรมะเลย ท่านมาที่นี่เพื่อรับใช้ธรรมะ ไม่ใช่เพื่อครอบงำหรือแสดงอำนาจเหนือผู้อื่น

จงอย่าได้คาดหวังสิ่งใดตอบแทนจากการรับใช้ธรรมะ หากท่านยืนกรานที่จะให้ข้อเสนอแนะของตนเองเป็นที่ยอมรับ ก็แสดงว่าท่านกำลังคาดหวังบางสิ่งบางอย่าง ขอให้ระลึกอยู่เสมอว่า "ฉันมาที่นี่เพียงเพื่อรับใช้ธรรมะเท่านั้น ฉันกำลังเรียนรู้ที่จะทำงานโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน ด้วยความมุ่งหมายเพียงเดียวคือ เพื่อให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ได้รับประโยชน์ ขอให้ฉันได้เป็นแบบอย่างที่ดีของผู้ปฏิบัติ ซึ่งจะเป็นการช่วยทั้งผู้ปฏิบัติและตัวฉันเองด้วย"

ขอให้เข้าใจว่า ขณะที่รับใช้นั้น ท่านกำลังเรียนรู้ที่จะนำธรรมะมาประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง เพราะธรรมะไม่ใช่การหลีกหนีจากภารกิจประจำวัน การติดต่อเกี่ยวข้องกับผู้ปฏิบัติและสถานการณ์ต่างๆ ในโลกเล็กๆ ของศูนย์ฯ วิปัสสนา จะช่วยฝึกให้ท่านรู้จักที่จะนำธรรมะมาใช้จริงๆ เช่นเดียวกับที่อยู่ในโลกภายนอก ถึงแม้ท่านจะต้องเผชิญกับพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของผู้อื่น แต่ท่านก็ต้องพยายามรักษาอุเบกขาของจิตและพัฒนาความรักความเมตตาต่อคนผู้นั้น นี่เป็นแบบฝึกหัดที่ท่านต้องพยายามฝึกปรือให้ชำนาญเมื่ออยู่ที่นี่ เพราะท่านก็เป็นผู้ปฏิบัติเช่นเดียวกับผู้ที่กำลังเข้ารับการอบรมคนอื่นๆ

ขอให้พวกท่านทั้งหลายที่อาสาเข้ามารับใช้ธรรมะ จงตั้งมั่นในธรรมยิ่งๆ ขึ้นไป รวมทั้งเรียนรู้ที่จะพัฒนาความรักความเมตตาและความปรารถนาดีต่อผู้อื่น ขอให้พวกท่านจงเจริญงอกงามในธรรม เพื่อจะได้พบกับความสุขความสงบที่แท้จริง ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



คำกล่าวปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

3 มีนาคม 2530

การชูประทีปธรรม

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งชายและหญิง

นับเป็นโอกาสอันดียิ่ง ที่ในชีวิตนี้เราได้มาร่วมเดินบนเส้นทางของธรรมะ ซึ่งจะนำไปสู่จุดหมายปลายทางของความหลุดพ้นโดยสิ้นเชิงกันอีกครั้ง ในชาติก่อนๆ เราได้เคยสร้างบารมีร่วมกันมา และด้วยความผูกพันเกี่ยวข้องกันในอดีตนี้เอง จึงทำให้เราได้มาทำงานร่วมกันอีกครั้งหนึ่ง เพื่อปลดปล่อยตัวเราและช่วยเหลือผู้อื่นให้หลุดพ้นจากเครื่องร้อยรัดของกิเลสทั้งปวง

โลกนี้ล้วนเต็มไปด้วยความทุกข์ แต่ก็เป็นเวลาที่หลายๆ คนจะได้เข้ามาปฏิบัติธรรมอันบริสุทธิ์ และหลุดพ้นจากความทุกข์ เราโชคดีที่ได้มีโอกาสรับใช้ผู้คนเหล่านี้ในทางที่ถูกต้อง และการช่วยเหลือพวกเขาให้พ้นจากความทุกข์ ก็เท่ากับเป็นการช่วยเหลือตัวเราเองด้วย มีวิธีการดีๆ มากมายในการช่วยเหลือผู้คนที่อดอยาก ยากไร้ เจ็บไข้ได้ป่วย และไม่รู้หนังสือ แต่ก็มิอาจเทียบได้กับการรับใช้ธรรมะ การรับใช้ธรรมะเป็นการช่วยเหลือให้ผู้คนที่ทุกข์ยากให้มีพละกำลังที่จะฟันฝ่าและขจัดรากเหง้าของความทุกข์ทั้งหลายที่ได้สั่งสมมานับชาติไม่ถ้วน

การได้เข้าร่วมในขบวนการรับใช้มนุษยชาตินี้จึงมีความสำคัญยิ่ง ไม่ว่าจะเป็นผู้ที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์เพื่อสอนธรรมะ หรือเป็นผู้ทำอาหาร ทำความสะอาด ก็ไม่มีงานไหนที่สูงส่งหรือต่ำต้อยกว่ากัน การรับใช้ก็คือการรับใช้ แน่นอนว่าการรับใช้แต่ละอย่างนั้นแตกต่างกัน แต่สิ่งที่จะชี้วัดคุณภาพของการรับใช้ที่แท้จริงก็คือเจตนารมณ์ของคนผู้นั้น ถ้าเขามีอัตตาพองโตในขณะที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์ เพราะมีผู้คนจำนวนมากก้มกราบอยู่ตรงหน้า ก็แสดงว่าเขาไม่ได้มีความเข้าใจในธรรมะเลย การรับใช้ของเขากลับจะเป็นอันตราย เพราะเขาจะทำให้เสียบรรยากาศ จนคนทั้งหลายไม่สามารถเรียนรู้ธรรมะได้

ในทางกลับกัน ผู้ที่อาจจะแค่ทำความสะอาดห้องน้ำหรือกวาดพื้น แต่ในใจเปี่ยมไปด้วยความรักความเมตตา และความปรารถนาดีที่จะช่วยรักษาสภาพแวดล้อมของสถานที่

ปฏิบัติธรรมให้สะอาดและมีสุขอนามัย ความตั้งใจดังกล่าวย่อมจะทำให้การรับใช้นั้นวิเศษสุด ฉะนั้น สิ่งสำคัญก็คือความตั้งใจของผู้รับใช้ธรรมะ

อวัยวะทุกส่วนในร่างกายของมนุษย์มีความสำคัญเช่นไร องค์กรธรรมะก็เป็นเช่นนั้น ทุกๆ คนที่เข้ามารับใช้ธรรมะล้วนมีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน แต่การรับใช้นั้นจะไม่ใช่การรับใช้ธรรมะเลย ถ้าหากคนผู้นั้นไม่ปฏิบัติธรรมไปด้วย การปฏิบัติเท่านั้นที่จะช่วยให้เขาสามารถเก็บเกี่ยวอานิสงส์อันล้ำเลิศจากการรับใช้ธรรมะได้

ผู้ที่เข้ามารับใช้ธรรมะควรระลึกอยู่เสมอว่า สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ ตัวท่านคือแบบอย่างของผู้ที่ได้รับผลจากธรรมะ หากท่านขาดคุณสมบัติที่ดีเสียแล้ว ท่านก็จะทำให้ผู้อื่นหมดกำลังใจในการปฏิบัติ ธรรมบริกรจึงมีความรับผิดชอบใหญ่หลวง ที่จะต้องประพฤติตนไปในทางที่เสริมสร้างศรัทธาต่อธรรมะให้แก่ผู้ที่ยังมีความลังเลสงสัย และเพิ่มพูนศรัทธาของผู้ที่มีศรัทธาอยู่แล้ว

ผู้ใดก็ตามที่ได้เข้ามารับใช้ธรรมะ จะต้องมีศรัทธามั่นคงในธรรมะ ซึ่งจะทำให้เขาไม่สนใจกับความยึดมั่นในลัทธินิกาย ความเชื่อทางปรัชญา และพิธีกรรมทั้งหลาย เพราะนี่คือเครื่องชี้วัดความก้าวหน้าในธรรมะของคนผู้นั้น เมื่อปราศจากพันธนาการเหล่านี้แล้ว เขาก็จะมีแต่ธรรมะอยู่ในวิถีชีวิต มีสันติสุขอยู่ภายในตัวเองและให้แก่ผู้อื่นด้วย ทุกๆ การกระทำ ทั้งทางกาย วาจา ใจ ย่อมเป็นไปเพื่อเกื้อกูลสรรพชีวิต แต่การกระทำเหล่านี้จะไม่มีทางเป็นบุญกุศลได้เลย ตราบใดที่ในจิตใจยังมีความไม่บริสุทธิ์ เช่น ความโลภ ความขุ่นเคือง ความโกรธเกลียด และมุ่งร้ายอยู่ ต่อเมื่อได้ขจัดกิเลสเหล่านี้ออกไปแล้ว ก็จะเกิดความรักความเมตตาและความปรารถนาดีขึ้นในจิตใจ นี่แหละคือธรรมะ เส้นทางสากลที่ไม่เกี่ยวข้องกับความเป็นลัทธินิกายใดๆ

ธรรมะนั้นมีจุดมุ่งหมายที่จะขุดรากถอนโคนกิเลสในก้นบึ้งของจิตใจ การปฏิบัติจะช่วยให้เรารู้ว่ารากเหง้าที่แท้จริงของความทุกข์นั้นมาจากไหน ซึ่งก็มาจากการที่มีปฏิกิริยาตอบโต้ต่อเวทนาในร่างกายอย่างไม่รู้เท่าทันด้วยความชอบและความชังนั่นเอง ถ้าเราเรียนรู้ที่จะวางอุเบกขาด้วยความเข้าใจในอนิจจัง เราก็จะหลุดพ้นจากนิสัยที่ชอบตอบโต้ และจิตก็จะถูกชำระจนบริสุทธิ์ แต่ถ้าเราหลงลืมรากเหง้าของความทุกข์นี้ไป เราก็จะไม่มีทางหลุดพ้นได้เลย

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจึงควรเข้าใจอย่างชัดเจนว่า การกระทำและการปฏิบัติของตนนั้น เป็นการชำระจิตในระดับรากเหง้าหรือไม่ ถ้ามีความเข้าใจชัดเจนแล้ว ความยึดมั่นถือมั่นในลัทธินิกายก็จะคลี่คลายไปเอง ทั้งนิสัยที่ชอบแบ่งเขาแบ่งเราก็จะหายไปด้วย เพราะได้

ตระหนักว่าแต่ละคนล้วนเป็นผู้ที่มีความทุกข์ การรับใช้ของตนเป็นไปเพื่อช่วยให้ผู้คนเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติยิ่งๆ ขึ้นไป และหลุดพ้นจากกิเลสทั้งหลาย ถ้าเรารับใช้ธรรมะโดยปราศจากอัตตาได้เช่นนี้ ก็จะเป็นทัศนคติทางธรรมอันบริสุทธิ์ และย่อมทำให้บังเกิดผลที่ดี

ผู้รับใช้ธรรมะไม่ควรมีความรู้สึกเหนือหรือด้อยกว่าผู้อื่น ไม่ว่าจะได้รับมอบหมายงานอะไร ก็ควรจะยอมรับด้วยความยินดี เพราะเป็นโอกาสที่จะได้ทำงานรับใช้เพื่อประโยชน์สุขของคนจำนวนมาก ได้นำพารอยยิ้มมาสู่ใบหน้าที่เศร้าหมอง และช่วยให้ผู้คนได้เติบโตในธรรมด้วยการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง เมื่อเราได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติของตนเอง เราย่อมปรารถนาจะให้ผู้อื่นที่อยู่บนเส้นทางได้พบกับความสุขสงบไปด้วย

ในแง่นี้การรับใช้จึงเป็นเพียงการรับใช้เท่านั้น ไม่มีการคาดหวังสิ่งใดตอบแทน ถ้าเราเริ่มรับใช้โดยคาดหวังที่จะได้รับผลตอบแทน ไม่ว่าจะเป็นวัตถุ หรือสิ่งอื่นๆ เช่น คำชมหรือการยกย่องนับถือแล้ว ก็จะทำให้บรรยากาศทั้งหมดมัวหมอง ทุกๆ คนที่มารับใช้ธรรมะจึงมีความรับผิดชอบใหญ่หลวง ที่จะต้องช่วยกันรักษาบรรยากาศของศูนย์ปฏิบัติให้เต็มไปด้วยกระแสพลังของธรรมะที่บริสุทธิ์อยู่เสมอ เพื่อวันนี้และเพื่อชนรุ่นต่อไป เช่นเดียวกันกับผู้มาปฏิบัติที่ศูนย์ฯ ซึ่งได้ปฏิบัติตามวิธีการอันบริสุทธิ์นี้วิธีเดียว โดยไม่นำวิธีการอื่นใดเข้ามาปะปน ก็จะช่วยสร้างกระแสพลังของธรรมะขึ้นในศูนย์ฯ ด้วย

กระแสพลังในศูนย์ฯ นี้จะคงอยู่ต่อไปอีกนานหลายศตวรรษ แล้วผู้คนรุ่นแล้วรุ่นเล่าก็จะเข้ามาปฏิบัติยังดินแดนแห่งธรรมะนี้ และได้หลุดพ้นจากความทุกข์ การปฏิบัติและการรับใช้ที่ดีของเรา จะมีส่วนช่วยเสริมสร้างบรรยากาศที่ดี ซึ่งก็จะส่งผลต่อไปอีกนานเท่านาน

ฉะนั้น การรับใช้ธรรมะจึงเป็นโอกาสอันแสนวิเศษ จงทำงานนี้เพื่อปลดปล่อยตัวท่านเอง และเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นให้ได้หลุดพ้นจากกิเลส พันธนาการ และความทุกข์ จงเป็นผู้ถือประทีปธรรม เพื่อขับไล่ความมืดมนของอวิชชาและความทุกข์

ขอให้ท่านทั้งหลายจงมีความเข้มแข็งในการรับใช้ผู้ที่อยู่ในห้วงทุกข์ทั่วทุกหนแห่ง ขอให้ผู้ที่มีความทุกข์ทั้งหลายจงได้พบกับธรรมะและได้พบกับความหลุดพ้น ขอให้พวกท่านทั้งหลายจงมีความพากเพียรในการปฏิบัติธรรมต่อไป เพื่อความดีงามของตัวท่านเองและความดีงามคนจำนวนมาก

ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุข จงมีความสงบ ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



คำกล่าวเปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

1 มีนาคม 2531

ความเรืองโรจน์แห่งธรรม

สหธรรมิกทั้งหลาย

เรามาที่นี่กันอีกครั้ง เพื่อมาร่วมกันทำความเข้าใจว่า เราจะช่วยให้ผู้คนที่ทุกข์ยากจำนวนมากพบกับธรรมะได้อย่างไร เพราะเหตุที่งานของเราได้แผ่ขยายออกไปมาก จึงมีการแต่งตั้งผู้ช่วยอาจารย์เพิ่มขึ้น มีการก่อสร้างศูนย์ปฏิบัติเพิ่มขึ้น และมีธรรมบริกรเข้ามาช่วยงานเผยแผ่ธรรมะมากขึ้น การแผ่ขยายของธรรมะนี้จะยังคงดำเนินต่อไป ฉะนั้น จึงจำเป็นที่จะต้องให้มีการจัดการอย่างถูกต้อง เพื่อหลีกเลี่ยงสิ่งที่จะทำให้ธรรมะต้องเสื่อมถอย

ในช่วงเวลาที่ธรรมะกำลังเจริญงอกงามนี้ เราก็เหมือนอยู่บนทางแพร่ง มีอันตรายรอบด้านที่จะทำให้ธรรมะกลายไปเป็นลัทธินิกายได้ ซึ่งจะเป็นการทำร้ายมนุษยชาติมากกว่าที่จะช่วยเหลือพวกเขา เมื่อใดที่ธรรมะกลายไปเป็นลัทธินิกาย แก่นของธรรมะก็จะสูญสิ้นไป นี่เป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนมาก ในแง่หนึ่งเราจะต้องรักษากฎระเบียบบางอย่างเอาไว้ แต่ถ้ามันกลายไปเป็นระบบแบ่งระดับชั้น ที่ทุกคนต้องทำงานภายใต้การควบคุมอย่างเข้มงวดแล้ว ก็ย่อมจะทำให้เกิดเป็นลัทธินิกายได้

ลัทธินิกายนั้นเกิดขึ้นเมื่ออัตตาเป็นใหญ่ เมื่อตำแหน่งในองค์กรถูกให้ความสำคัญเป็นลำดับแรก ถ้ามีผู้ใดสละความสะดวกสบายภายในบ้าน สละหน้าที่การงาน และเวลาที่จะอยู่กับครอบครัว เพื่อมารับใช้ธรรมะ โดยคาดหวังว่าจะได้รับความชื่นชมแล้วล่ะก็ ถือเป็นเรื่องที่เหลวไหลสิ้นดี เพราะนี่แหละคือจุดเริ่มต้นของลัทธิบูชาบุคคล แล้วการแบ่งแยกเป็นลัทธินิกายก็จะเริ่มขึ้น การรับใช้ธรรมะโดยปราศจากอัตตา เพื่อประโยชน์สุขของคนส่วนใหญ่นั้นเป็นเรื่องสำคัญ ธรรมะจะต้องมีความสำคัญเหนือสิ่งอื่นใด เราควรมีความสุขในการทำหน้าที่ ไม่ว่าจะมีคนร้องขอหรือไม่ก็ตาม

เราอาจบอกว่าเรากำลังทำงานโดยปราศจากอัตตา แต่ก็มีเพียงตัวเราเท่านั้นที่รู้ดีว่าความจริงเป็นเช่นไร พรหมวิหาร 2 ประการ คือ มุทิตา (ยินดีในความสุขของผู้อื่น) และ

กรุณา (ปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์) จะเป็นเครื่องชี้วัดว่าเรากำลังเจริญก้าวหน้าในธรรมจริงหรือไม่ ถ้าเรารู้สึกอิจฉาหรือหมั่นไส้เพื่อนที่รับใช้ธรรมะด้วยกัน เพราะผลงานของเขาได้รับคำชื่นชมอย่างมากแล้วล่ะก็ แสดงว่าเรายังไม่มีความเข้าใจในธรรมะเลย แต่ถ้าเรามีมุทิตาจิต ก็แสดงว่าธรรมะของเราได้พัฒนาขึ้นแล้ว

ในทางกลับกัน เพื่อนที่รับใช้ธรรมะอาจทำผิดพลาด หรือทำในสิ่งที่เราเห็นว่าเป็นความผิดพลาด และหากเราเกลียดชังหรือโกรธเคืองเขา ก็แสดงว่าเรายังห่างไกลจากธรรมะ แต่ถ้าเรามีความปรารถนาที่จะช่วยเหลือเพื่อนผู้พลั้งพลาดนี้ ก็แสดงว่าความกรุณาได้กำลังถูกพัฒนาขึ้นแล้ว เราอาจพูดว่าเราไม่เกลียดชังเพื่อนผู้นี้ แต่หากเรามีความรู้สึกพอใจที่ได้เห็นเขาพลั้งพลาดแล้วล่ะก็ แสดงว่าเรายังคงห่างไกลจากธรรมะ จงหมั่นตรวจสอบตัวเองอย่างระมัดระวังอยู่เสมอ เพราะไม่มีใครสามารถทำให้ท่านได้

ท่านต้องตั้งมั่นอยู่ในธรรมเสียก่อน จึงจะรับใช้ผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง ถ้าธรรมะมีความสำคัญกว่า "ตัวฉัน" เมื่อใด ย่อมแสดงว่าอัตตาของท่านกำลังสูญสลายลงแล้ว แต่ถ้าการรับใช้ธรรมะทำให้ท่านเกิดอัตตาผุดโผล่ขึ้นมา ก็จะไม่มีใครได้ประโยชน์จากการรับใช้นี้เลย ถ้าเราหมั่นตรวจสอบตัวเองดูว่าอัตตาได้ลดน้อยถอยลงไปเพียงใดแล้ว ก็แสดงว่าเรามีความพร้อมที่จะรับใช้องค์กร

อีกไม่กี่วันข้างหน้า เรามีงานสำคัญที่จะต้องทำ คือวางกฎระเบียบสำหรับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเผยแผ่ธรรมะ ซึ่งในการเผยแผ่ธรรมะนั้น ตัวบุคคลไม่ได้มีความสำคัญอะไรเลย เพราะบุคคลนั้นมาแล้วก็ไป ในการตัดสินใจใดๆ ท่านจะต้องให้ความสำคัญกับธรรมะเหนือสิ่งอื่นใด เพื่อให้การรับใช้ผู้อื่นเป็นไปอย่างถูกต้อง

ด้วยความประสงค์เพียงอย่างเดียว นั่นคือ *พหุชนะ หิตายะ พหุชนะ สุขายะ* ขอให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นและมากขึ้น จงได้รับประโยชน์จากธรรมะและหลุดพ้นจากความทุกข์ ได้พบกับความสุขความสงบอันแท้จริง ข้าพเจ้ามองเห็นอนาคตที่สดใสอย่างยิ่ง ขอให้ท่านทั้งหลายจงโดดเด่นอยู่ท่ามกลางความเรืองโรจน์แห่งธรรม เพื่อดึงดูดคนทั้งหลายให้เข้าสู่ธรรมะ ขอให้ทุกๆ ท่านจงประสบความสำเร็จในการรับใช้ธรรมะ เพื่อผู้คนที่ทุกข์ยากทุกแห่งหน ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



ที่ศูนย์ฯ ธรรมมหิ ประเทศฝรั่งเศส

สิงหาคม 2531

ทำอย่างไรให้ศูนย์ฯ วิปัสสนาเข้มแข็ง

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งหลาย

เวลานี้เรามีศูนย์ฯ ในยุโรปแล้ว จึงมีคำถามสำคัญเกี่ยวกับความจำเป็นในการรักษากฎระเบียบภายในศูนย์ฯ แน่นอน เราจะต้องรักษากฎระเบียบระหว่างการจัดอบรมในสถานที่ที่ไม่ใช่ศูนย์ฯ แต่การรักษากฎระเบียบนี้ยิ่งจะมีความสำคัญมากขึ้นเมื่ออยู่ในศูนย์ฯ เพราะเราต้องการจะพัฒนากระแสสั่นสะเทือนอันแรงกล้าของธรรมะให้เกิดขึ้นภายในศูนย์ฯ เพื่อผู้ปฏิบัติที่มาที่นี่จะได้รับผลดีมากกว่าการจัดอบรมนอกศูนย์ฯ

ต้องเข้าใจว่า เราไม่ได้สร้างศูนย์ฯ ขึ้นมาเพื่อประโยชน์ของผู้ปฏิบัติในปัจจุบันนี้เท่านั้น การบริหารจัดการที่ถูกต้องจะช่วยให้ศูนย์ฯ สามารถอยู่รับใช้ชีกโลกนี้ต่อไปได้ชั่วลูกชั่วหลาน ซึ่งอาจยาวนานหลายศตวรรษ ผู้ที่มีส่วนร่วมก่อตั้งศูนย์ฯ ในขณะนี้ คือผู้บุกเบิกที่มีความรับผิดชอบใหญ่หลวง ถ้าท่านสามารถรักษาความบริสุทธิ์ของวิธีการปฏิบัติ คำสอน และกระแสสั่นสะเทือนของธรรมะไว้ได้ คนรุ่นหลังก็ย่อมจะถือเป็นเยี่ยงอย่างและเจริญรอยตาม จนเมื่อเวลาผ่านไปวันแล้ววันเล่า ปีแล้วปีเล่า ผู้ปฏิบัติรุ่นแล้วรุ่นเล่า กระแสสั่นสะเทือนก็จะมีพลังแรงกล้าขึ้นเรื่อยๆ

ผู้ปฏิบัติบางคนอาจไม่ชอบกฎระเบียบบางอย่าง จึงเป็นหน้าที่ของศิษย์เก่า คณะกรรมการ ฝ่ายจัดการ และผู้ช่วยอาจารย์ ที่จะชี้ให้ผู้ปฏิบัติเหล่านั้นเห็นถึงความจำเป็นของกฎระเบียบดังกล่าว ท่านอาจอธิบายว่า โรงพยาบาลจำเป็นต้องมีกฎระเบียบเพื่อให้ผู้ป่วยมีความเป็นอยู่ที่ดี ในทำนองเดียวกัน ศูนย์ฯ ซึ่งเปรียบเสมือนโรงพยาบาลสำหรับผู้มีความทุกข์ ก็จำเป็นต้องมีกฎระเบียบเช่นกัน แท้จริงนั้น ศูนย์ฯ มีความจำเป็นยิ่งกว่าเสียด้วยซ้ำไป เพราะถ้ากฎระเบียบย่อหย่อนแล้ว พลังของอธรรมหรือมารก็จะเข้ามาแทรกแซง

ข้าพเจ้ายังจำเรื่องของศูนย์ฯ แห่งหนึ่งในบรรดาศูนย์ฯ แรกๆ ในโลกตะวันตก ซึ่งมีศิษย์เก่าบางคนแย้งว่า กฎการแบ่งแยกเขตชายหญิงนั้นเหมาะกับวัฒนธรรมตะวันออก แต่

ไม่ใช่ในโลกตะวันตก “ถ้าท่านอาจารย์กำหนดกฎนี้ ผู้ปฏิบัติก็จะรับไม่ได้ เพราะที่นี่เวลาพบกัน เราจะจับมือ กอดกัน หรือไม่ก็จูบแก้ม การถูกเนื้อต้องตัวกันจึงเป็นเรื่องที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ถ้าไม่ให้ถูกเนื้อต้องตัวกันแล้ว พวกเขาก็จะคิดว่าเราเข้มงวดและตึงเกินไป”

ข้าพเจ้าไม่สบายใจเลย แต่เป็นเพราะศิษย์รบเร้าอย่างหนัก ซึ่งก็ด้วยความซื่อสัตย์จริงใจ และให้ความเคารพ ข้าพเจ้าจึงตอบไปว่า “เอาล่ะ เราจะลองดู อย่าสนับสนุนให้มีการถูกเนื้อต้องตัวกัน แต่ในกรณีที่ไม่อาจหลีกเลี่ยง ก็ผ่อนผันได้”

แต่หลังจากนั้นไม่นานมารก็เริ่มเข้ามาแทรกแซง เมื่อเวลาผ่านไปประมาณหนึ่งปี สามีภรรยาคู่หนึ่งซึ่งเป็นศิษย์เก่ามากๆ เกิดหย่าร้างกัน เพราะทั้งคู่ไปมีสัมพันธ์กับศิษย์เก่าคนอื่นภายในศูนย์ฯ ทำให้ศูนย์ฯ กลายเป็นสถานที่หาคู่ไป และศิษย์อื่นๆ ก็พากันเอาเยี่ยงอย่างจนบรรยากาศปั่นป่วน ในที่สุดศิษย์อาวุโสทั้งหลายก็ตระหนักว่าจะต้องรักษากฎระเบียบอย่างเข้มงวด มิฉะนั้นอาจทำให้ศูนย์ฯ ระส่ำระส่ายได้

เราสามารถเรียนรู้จากความผิดพลาดอย่างใดอย่างหนึ่ง แต่ต้องไม่ทำผิดพลาดอย่างเดียวกันนั้นอีกในศูนย์ฯ แห่งอื่นๆ ฉะนั้น จึงต้องระมัดระวังให้จงหนัก อย่าเปิดช่องให้มารเล็ดลอดเข้ามาในดินแดนของธรรมะนี้ได้เลยแม้แต่น้อย เพราะมันจะทำลายการเผยแผ่ธรรม

เวลานี้ศูนย์ฯ ธรรมมหิก็เป็นเหมือนกับศูนย์ฯ ในสมัยแรกๆ ที่พวกท่านบางคนอยากจะให้ผ่อนปรนกฎระเบียบ เรามีข้อห้ามไม่ให้ผู้ปฏิบัติร้องเพลงหรือสังสรรค์กัน อย่างน้อยก็ในระหว่างรอการอบรมหลักสูตรต่อไป เพราะนั่นไม่ดีกับศูนย์ฯ แม้ว่าการสังสรรค์กันระหว่างผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจะไม่ผิดอะไร แต่ก็ไม่ควรเกิดขึ้นในดินแดนของธรรมะ สถานที่ที่มีไว้เพื่อการปฏิบัติธรรมเท่านั้น ฉะนั้น ไม่ว่าจะอยู่ในช่วงที่มีการอบรมหรือไม่ ก็ต้องรักษากฎระเบียบอย่างเคร่งครัด

จงจำไว้ว่า ถึงแม้ท่านจะต้องเคร่งครัดในกฎระเบียบ แต่ก็ไม่ควรมีความรู้สึกขุ่นมัวใดๆ หากท่านบอกให้ผู้ปฏิบัติทำตามกฎระเบียบด้วยใจที่ขุ่นมัวแล้ว ก็เท่ากับท่านนั่นแหละเป็นผู้ทำให้เสียบรรยากาศธรรมะ ท่านนั่นแหละที่เป็นผู้ทำลายกฎระเบียบเสียเอง หากมีผู้ละเมิดกฎ ท่านยิ่งต้องให้ความรักความเมตตาแก่คนผู้นั้นมากๆ ท่านจะต้องมั่นคงแน่วแน่อยู่ในกฎระเบียบ ทว่าเปี่ยมไปด้วยความรักความเมตตา

ก่อนจะเข้าไปเตือนผู้ปฏิบัติที่ทำผิดกฎ ท่านต้องตรวจสอบจิตใจของท่านว่า สงบ มีความรักความเมตตาต่อคนผู้นี้หรือไม่ ถ้าใช่ ก็เข้าไปพูดคุยได้ แต่ถ้าไม่ใช่ ก็ยังไม่ควรเข้า

ไป ให้เงียบเฉยไว้ แล้วปล่อยไปก่อน ท่านต้องเปลี่ยนแปลงตัวเองก่อนที่จะไปเปลี่ยนแปลงผู้อื่น นี่เป็นเรื่องที่สำคัญอย่างยิ่งบนผืนแผ่นดินธรรม มิฉะนั้นแล้ว ไม่เพียงแต่ท่านจะทำให้บรรยากาศของศูนย์ฯ ต้องเสียไป หากยังจะขับไล่คนอื่นๆ ให้ออกไปอีกด้วย

เมื่อผู้ปฏิบัติเห็นธรรมบริกร กรรมการ ผู้จัดการ หรือผู้ช่วยอาจารย์ พูดจารุนแรงแล้ว เขายังอยากจะก้าวเดินไปบนเส้นทางธรรมอีกหรือ เขาคงจะคิดว่า "ถ้าคนเหล่านี้ ซึ่งได้เคยเข้าปฏิบัติมานักต่อนักแล้ว และมาที่นี่เพื่อรับใช้ผู้อื่น ยังไม่มีความรักความเมตตาเลย แล้วการปฏิบัติที่นี่จะเป็นแบบไหนกัน ฉันจะไปเรียนรู้อะไรได้จากที่นี่"

แทนที่ท่านจะช่วยให้คนอื่นๆ ได้ตั้งมั่นในธรรม ท่านกลับจะผลักไสไล่ส่งเขาออกไป ท่านผ่อนปรนกฎระเบียบสักข้อ ยังดีกว่าที่จะปล่อยให้ความขุ่นมัวมาทำลายบรรยากาศของศูนย์ฯ ทุกคนต้องระมัดระวังเรื่องนี้ให้มาก

อย่าทำอะไรสุดโต่งจนเกินไป เป็นความจริงที่ว่า เราไม่ต้องการให้อาคารภายในศูนย์ฯ ทาสีดำหรือสีแดง แต่ก็ไม่ควรเคร่งครัดถึงขนาดว่า "เพราะไม่อนุญาตให้ใช้สีแดง เราก็เลยไม่ใช้สีชมพู รวมทั้งไม่อนุญาตให้ผู้ปฏิบัติใส่เสื้อกันหนาวสีแดงหรือสีชมพูด้วย"

แล้วมีกฎระเบียบอะไรบ้างที่เราต้องรักษา การแบ่งแยกเขตชายหญิงเป็นเรื่องที่จำเป็นอย่างยิ่ง นอกจากนี้ ในระหว่างที่มีการอบรมก็ไม่ควรร้องเพลงหรือแม้แต่สวดมนต์ เราต้องอธิบายให้ผู้ที่สงสัยเห็นถึงความสำคัญของกฎข้อนี้ว่า เวลาที่เขาสวดมนต์หรือร้องเพลงจะทำให้เกิดกระแสสั่นสะเทือนขึ้น ซึ่งผู้ที่ได้รับการฝึกให้สวดมนต์อย่างถูกต้องเท่านั้น จึงจะทำเช่นนี้ได้ภายในศูนย์ฯ เพราะเขาจะเจาะลึกเข้าไปภายในจิตอย่างมีอุเบกขา และรู้สึกถึงเวทนาในระหว่างช่วงจังหวะที่หยุดไป การสวดมนต์เช่นนี้จึงจะก่อให้เกิดกระแสสั่นสะเทือนที่ดี ฉะนั้น ถึงแม้จะเป็นผู้ปฏิบัติที่ก้าวหน้า แต่ถ้าไม่รู้วิธีสวดที่ถูกต้อง ก็ควรละเว้นเสีย ส่วนเรื่องร้องเพลงนั้นยิ่งไม่ต้องพูดถึง

ในระหว่างที่ไม่มีการอบรม ก็ไม่ควรพูดคุยเรื่องไร้สาระและนินทาว่าร้ายกัน ถึงจะไม่ต้องรักษาความเงียบ แต่ก็ควรพูดคุยกันเท่าที่จำเป็นเท่านั้น มิจฉาวาจามีอยู่ 4 อย่างด้วยกัน คือ พูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดหยาบคาย และพูดเพ้อเจ้อ แม้เราจะไม่ต้องรักษาความเงียบ แต่ก็ควรระวังไม่พูดจาในลักษณะดังกล่าวกับผู้อื่น

สำหรับผู้ปฏิบัติที่มีความประสงค์จะพาลูกๆ มาที่ศูนย์ฯ ด้วย ควรเข้าใจว่า ที่ศูนย์ฯ ไม่มีธรรมบริกรเพียงพอที่จะดูแลเด็กๆ ได้ ถ้าหากมากันทั้งครอบครัว พ่อก็ควรจะอยู่ดูแลลูกๆ ที่ด้านนอกในระหว่างที่แม่เข้าปฏิบัติ และถ้าหากพ่อเข้าปฏิบัติ แม่ก็จะต้องอยู่ดูแล

ลูกๆ แทน นี่เป็นเรื่องที่อนุโลมให้ได้ โชคดีที่ศูนย์ฯ มีที่ทางกว้างขวางพอให้เด็กๆ ได้อยู่ห่างจากเขตอบรม โดยไม่ไปรบกวนผู้ปฏิบัติ ขอให้เข้าใจว่าขณะที่ผู้ปฏิบัติแผ่เมตตา กระแสสั่นสะเทือนที่ดีจะมีพลังแรงกล้ามาก ในทำนองเดียวกัน หากผู้ปฏิบัติมีความรู้สึกขุ่นมัว กระแสขุ่นมัวที่พุ่งไปยังเด็กๆ ก็จะมีพลังแรงกล้าจนอาจทำร้ายเด็กได้ เพราะฉะนั้นเพื่อผลประโยชน์ของเด็กๆ เอง พ่อแม่จึงไม่ควรปล่อยให้พวกเขาเข้าไปรบกวนในเขตปฏิบัติ

ผู้ปฏิบัติหรือธรรมบริกรไม่ควรนำสัตว์เลี้ยงเข้ามาในศูนย์ฯ ไม่ว่าจะเป็นกรณีใดๆ ก็ตาม นี่เป็นข้อห้ามโดยเด็ดขาด ถ้ามีคนนำสัตว์เข้ามา ควรขอร้องเขาอย่างสุภาพว่าให้พามันออกไป ถ้าเขาไม่สามารถทำตามคำขอได้ ก็ควรให้เขาออกจากศูนย์ฯ ไปพร้อมกับสัตว์ด้วย

นอกจากนี้ ยังมีประเด็นสำคัญเรื่องศิษย์เก่าและผู้ช่วยอาจารย์ ซึ่งอยู่รับใช้ธรรมะร่วมกันที่ศูนย์ฯ ด้วยความสมัครสมาน ทั้งศิษย์เก่าและผู้ช่วยอาจารย์ล้วนเป็นตัวแทนของวิปัสสนาในสายตาผู้อื่น หากพวกเขามัวแต่ทะเลาะเบาะแว้งหรือจ้องจับผิดกันเองแล้ว จะเป็นแบบอย่างให้แก่ผู้อื่นได้อย่างไร

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงมีพระประสงค์ให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาประพฤติตน ในทางที่จะทำให้ผู้ซึ่งไม่มีศรัทธาในธรรมะ เกิดความเลื่อมใสศรัทธา และทำให้ผู้ที่มีศรัทธาอยู่แล้วเกิดความศรัทธายิ่งๆ ขึ้นไป ผู้ปฏิบัติที่มีความรับผิดชอบจึงต้องระมัดระวังให้มาก ไม่ควรทำอะไรที่จะทำลายความเชื่อมั่นศรัทธาในธรรมะของผู้อื่น หรือทำอะไรที่จะเป็นการขับไล่ให้ผู้ปฏิบัติใหม่ออกไปจากเส้นทางของธรรมะ

ทุกคนมาที่นี่เพื่อรับใช้ธรรมะ ไม่ใช่เพื่อเพิ่มพูนอัตตา ผู้ช่วยอาจารย์จะต้องไม่รู้สึกว่า "ฉันเหนือกว่าผู้ปฏิบัติทั้งหมด" ท่านไม่ได้เหนือกว่าเลย ท่านเป็นผู้ที่ได้รับมอบหมายให้เข้ามารับใช้ธรรมะในหน้าที่นี้ และถ้าวันพรุ่งนี้ท่านถูกร้องขอให้ไปรับใช้ธรรมะในหน้าที่อื่น ท่านก็จะรับหน้าที่นั้น ขอให้เข้าใจว่ามีศิษย์เก่าที่สามารถสอนธรรมะได้ แต่ด้วยเหตุผลบางอย่างจึงทำให้พวกเขายังไม่ได้รับแต่งตั้ง

ศิษย์เก่าเองก็ต้องระมัดระวังด้วย เขาควรจะให้ความเคารพแก่ผู้ที่ได้รับแต่งตั้งเป็นผู้ช่วยอาจารย์ เพราะผู้ที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์นั้นคือตัวแทนของธรรมะ ตัวแทนของครูบาอาจารย์ การให้ความเคารพแก่ผู้ช่วยอาจารย์ จึงเท่ากับเป็นการให้ความเคารพแก่ธรรมะและครูบาอาจารย์

หากทั้งผู้ช่วยอาจารย์และผู้ปฏิบัติมีทัศนคติเช่นนี้ ความสมัครสมานกลมเกลียวก็จะเกิดขึ้นเอง แต่หากผู้ช่วยอาจารย์รู้สึกว่า "ทุกอย่างจะต้องเป็นไปตามคำสั่งของฉัน" ขณะที่

ฝ่ายจัดการหรือธรรมบริกรอาจรู้สึกว่า "เราไม่สนใจสิ่งที่ผู้ช่วยอาจารย์บอกหรอก เราอยากทำอย่างไร ก็จะทำอย่างนั้น คนๆ นี้เป็นใครกันถึงได้มาชี้แนะพวกเรา" หากมีทัศนคติเช่นนี้เกิดขึ้น ก็จะทำให้บรรยากาศในศูนย์ฯ ระส่ำระสาย จึงเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องกลมเกลียวกัน ทุกคนต้องร่วมมือร่วมใจกันรับใช้ธรรมะและช่วยเหลือผู้ที่มาเข้าปฏิบัติ ไม่ควรมีความรู้สึกว่าตัวเองสูงส่งกว่าหรือต่ำต้อยกว่าใคร ท่านมาที่นี่เพื่อรับใช้ผู้อื่นเท่านั้น

วิธีที่ดีที่สุดในการรับใช้ผู้อื่นคือ พยายามพัฒนาความรักความเมตตาไปพร้อมๆ กับการละลายอัตตา ซึ่งไม่เพียงแต่จะเป็นประโยชน์ต่อผู้เข้าปฏิบัติ หากยังเป็นประโยชน์ต่อตัวท่านเองด้วย ถ้าท่านพอกพูนอัตตาขึ้นมาในขณะที่รับใช้ผู้อื่น ก็เท่ากับท่านได้ทำร้ายตัวเองในนามของธรรมะ ในนามของการรับใช้ผู้อื่น ผู้ที่ไม่สามารถช่วยตัวเอง ย่อมไม่มีทางที่จะช่วยผู้อื่นได้เลย

ในสมัยแรกๆ นั้น มีศูนย์บางศูนย์ที่ผู้ช่วยอาจารย์กับฝ่ายจัดการหรือคณะกรรมการไม่ค่อยจะลงรอยกัน เชื้อไฟปะทุขึ้น ทว่าไม่ช้าก็มอดดับลง แต่สำหรับที่นี่ ตอนนี้ขอจงอย่าทำตามเยี่ยงอย่างที่ไม่ดีเช่นนั้นเลย ท่านจะต้องไม่มีความขัดแย้งกันตั้งแต่แรก ควรมีแต่มิตรไมตรีหรือความปรารถนาดีให้แก่กันเท่านั้น

เมื่อใดที่มีปัญหาเกิดขึ้น ฝ่ายจัดการ คณะกรรมการ และผู้ช่วยอาจารย์ควรพูดคุยกันฉันท์มิตร แล้วตัดสินใจร่วมกัน ถ้าตัดสินใจไม่ได้ เพราะความคิดเห็นต่างกัน ก็ขอให้พยายามเข้าใจมุมมองของผู้อื่น จากนั้นจึงค่อยเรียนให้อาจารย์ทราบ เพื่อท่านจะได้ตัดสินใจ แต่ไม่ควรไปหาอาจารย์ด้วยเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ท่านควรจะปรึกษาหารือและจัดการกันเอง

มีนิทานสั้นๆ อยู่เรื่องหนึ่งเกี่ยวกับเจ้าของเกวียนซึ่งขนส่งสินค้าไปตามที่ต่างๆ ชายผู้นี้เลี้ยงสุนัขเล็กๆ เอาไว้ตัวหนึ่ง เวลาที่ต้องเดินทางไปตามหมู่บ้านต่างๆ เขาได้ฝึกให้สุนัขเดินอยู่ใต้ท้องเกวียนเพื่อหลบไอแดด ไม่ว่าเจ้าของเกวียนจะนั่งเกวียนไปที่ไหน เจ้าสุนัขน้อยก็จะเดินตามอยู่ใต้ท้องเกวียน

ต่อมาเจ้าสุนัขน้อยตัวนี้เกิดความรู้สึกว่า มันคือผู้ที่แบกสัมภาระทั้งหมดบนเกวียน และรู้สึกแปลกใจว่า เหตุใดเจ้าของเกวียนจึงได้ให้ความสำคัญกับวัวอย่างมาก มันคิดว่า "ฉันแบกสัมภาระบนเกวียนนี้ ! ไม่ว่าจะเดินทางไปไหน มันก็อยู่บนหลังฉันตลอด เจ้านายน่าจะเห็นความสำคัญของฉันมากกว่า !"

แท้จริงแล้วไม่มีใครเลยที่ลากเกวียน ธรรมะต่างหากที่ลากเกวียน เราไม่ควรมีความรู้สึกว่า "ฉันเป็นคนที่สำคัญที่สุด เป็นเพราะฉัน ศูนย์ฯ จึงดำเนินไปได้ เพราะฉัน คำสอน

หรือธรรมะจึงเผยแผ่ออกไปได้" จงออกมาจากความหลงผิดนี้เสีย !

ขอให้เข้าใจว่าท่านเป็นเพียงพาหนะ เป็นเพียงเครื่องมือเท่านั้น ธรรมะต่างหากที่ทำงาน หากท่านไม่ได้รับหน้าที่นี้ ก็จะมีผู้อื่นเข้ามารับ และงานก็จะดำเนินต่อไป เวลานี้ธรรมะกำลังจะแผ่ขยายไป นาฬิกาแห่งวิปัสสนาได้เริ่มเดินแล้ว ท่านมีโอกาสที่จะได้รับใช้ธรรมะไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง ซึ่งไม่ควรเป็นเหตุให้อัตตาของท่านพองโตขึ้นมา

ศูนย์ฯ แห่งใหม่ได้เริ่มต้นขึ้นแล้ว และมันควรจะพัฒนาอยู่ภายใต้บรรยากาศอันถูกต้องของธรรมะ ศูนย์ฯ นี้ควรจะเป็นสถานที่ที่สร้างแรงบันดาลใจ ไม่เพียงแต่เฉพาะกับผู้ที่เดินอยู่บนหนทางนี้เท่านั้น หากยังควรจะดึงดูดผู้ที่ไม่ได้เดินอยู่บนหนทางนี้ให้เข้ามาหาธรรมะอีกด้วย นี้คือความรับผิดชอบอันยิ่งใหญ่ของพวกท่านทุกคน

แน่นอน พวกท่านทั้งหลายล้วนได้เคยสั่งสมบุญกุศลและบารมีมาแต่อดีต จึงเป็นเหตุให้ได้เข้ามาอยู่บนหนทางธรรม และบัดนี้ก็ได้มีโอกาสรับใช้ธรรมะอีกด้วย ฉะนั้น ขอให้ท่านจงใช้โอกาสนี้พัฒนาบารมีให้เพิ่มพูน เพื่อท่านจะได้เข้าไปใกล้สู่จุดหมายปลายทางของความหลุดพ้นยิ่งๆ ขึ้นไป จงช่วยตัวเองและช่วยผู้อื่น

ขอให้ธรรมะจงเจริญงอกงามและเผยแผ่ไปในรูปแบบที่บริสุทธิ์ดั้งเดิม

ขอให้ศูนย์ฯ แห่งแรกของทวีปยุโรปแห่งนี้ จงเป็นศูนย์ฯ ที่สมบูรณ์แบบ เป็นบ่อเกิดของความสุขความสงบให้แก่ผู้คนจำนวนมาก ไม่เพียงคนรุ่นปัจจุบันนี้เท่านั้น หากรวมถึงรุ่นรุ่นต่อๆ ไปด้วย ขอให้ผู้คนนับจำนวนไม่ถ้วนจงได้รับประโยชน์จากผืนแผ่นดินธรรมนี้ และหลุดพ้นจากความทุกข์ด้วยเทอญ ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



คำกล่าวเปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย
1 มีนาคม 2532

ภาชนะแห่งธรรม

ผู้เผยแผ่ธรรมและผู้รับใช้ธรรมะทั้งหลาย

ท่านทั้งหลายจากทั่วโลกได้มารวมกันที่นี่ ก็เพื่อทำความเข้าใจให้ยิ่งๆ ขึ้นไปว่า จะเผยแผ่ธรรมะอย่างไร เพื่อให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ได้เข้ามาสัมผัสและได้รับประโยชน์จากธรรมะ ไม่ว่าท่านจะปรึกษาหารือหรือวางแผนใดๆ ในวันต่อๆ ไปหลังจากนี้ ก็ขอให้ระลึกถึงพระธรรมคำสอนที่พระบรมศาสดาได้ทรงประกาศไว้เมื่อ 2,500 ที่ผ่านมาให้จงหนัก ในพระธรรมคำสอนนั้นมิใช่อธิบายเพียงแค่ว่าธรรมะคืออะไร หากแต่ยังได้ครอบคลุมถึงวิธีการที่จะเผยแผ่ธรรมด้วย พุทธพจน์ทั้งหมดล้วนควรค่าแก่การจดจำ ซึ่งผู้เผยแผ่ธรรมในทุกยุคทุกสมัยสามารถนำไปใช้ได้เสมอ

จุดมุ่งหมายสูงสุดในการเผยแผ่ธรรมคืออะไร วัตถุประสงค์ที่แท้จริงคืออะไร พระพุทธองค์ทรงมีพุทธประสงค์ที่จะเปลี่ยนแปลงผู้คนให้หันมานับถือศาสนาพุทธ ศาสนาฮินดู ศาสนาคริสต์ หรือศาสนาอื่นๆ เช่นนั้นหรือ ไม่ใช่เลย พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงแสดงเจตนารมณ์ไว้อย่างชัดเจนว่า ธรรมะจักต้องเผยแผ่ไป *"พหุชะนะ หิตายะ พหุชะนะ สุขายะ"* เพื่อความสุขและประโยชน์ของผู้คนจำนวนมาก ตามกำลังที่แต่ละคนจะทำได้

แล้วจะรับใช้ธรรมะเช่นไร ในพุทธพจน์เดียวกันได้ให้คำตอบแก่เราว่า *โลกานุกัมปายะ* (เพื่ออนุเคราะห์โลก) ด้วยความเมตตาต่อผู้คน ด้วยความรักความปรารถนาดีที่ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนในหัวใจ

ผู้รับใช้ธรรมะและผู้เผยแผ่ธรรมทุกคนต้องคอยหมั่นตรวจสอบให้การรับใช้ธรรมะของตนเป็นไปตามพุทธพจน์ดังกล่าว เพราะอัตตาอาจเล่นงานเราเมื่อใดก็ได้ ซึ่งจะทำให้เราเห็นคำยกย่องชื่นชมและชื่อเสียงที่ได้รับว่า มีความสำคัญยิ่งกว่าการรับใช้ธรรมะไป ทัศนะเช่นนี้คือความหลงผิด นับว่าเป็นอันตรายอย่างที่สุด เพราะเป็นเรื่องยากที่จะรู้เท่าทัน ด้วยเหตุนี้เราจึงต้องคอยเฝ้าระวังอยู่เสมอ ไม่ให้เกิดความหลงเช่นนั้นขึ้นมาได้

การรับผลตอบแทนทางวัตถุเป็นการส่วนตัวนั้นห้ามกระทำอย่างแน่นอน แต่การรับใช้ธรรมะบางอย่างก็อาจนำชื่อเสียงมาให้ จึงต้องระมัดระวังอย่าได้หลงไปกับมัน ขอให้จดจำว่า ท่านต้องรับใช้โดยไม่คาดหวังสิ่งใดตอบแทน ท่านจะต้องมีเมตตาต่อผู้ที่ท่านกำลังรับใช้อยู่ ซึ่งเป็นผู้ที่มีความสำคัญที่สุด มิใช่ธรรมบริกร ยิ่งอัตตาของท่านลดลงเท่าไร และความปรารถนาดีของท่านเพิ่มพูนขึ้นเพียงใด ท่านก็มีความเหมาะสมที่จะรับใช้ธรรมะมากขึ้นเพียงนั้น

แล้วการรับใช้อย่างถูกต้องที่ท่านพึงให้นั้นเป็นเช่นไร พระบรมศาสดาได้ทรงอธิบายไว้ว่า *เทเสถะ ธัมมัง* จงให้ธรรมะแก่ผู้คนทั้งหลาย ธรรมะเท่านั้น ซึ่งก็มิใช่ธรรมะของศาสนาใด มิใช่ของศาสนาพุทธ ฮินดู คริสต์ หรือเชน หากแต่เป็นกฎสากลที่ทุกๆ คนนำไปปฏิบัติได้

คุณลักษณะอย่างหนึ่งของธรรมะที่แท้จริงก็คือ จะต้องยังประโยชน์ให้แก่ผู้ปฏิบัติในทุกๆ ขั้นตอน ดังที่พระบรมศาสดาได้ตรัสไว้ว่า *"อาทิกัลยาณัง มัชเฌกัลยาณัง ปริโยสานะกัลยาณัง"* งดงามทั้งในเบื้องต้น ท่ามกลาง และในที่สุด นับตั้งแต่ก้าวแรกบนเส้นทางก็ให้ผลดีในทันที และเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ในขณะที่บุคคลผู้นั้นก้าวเดินต่อไป และเมื่อไปถึงจุดหมายปลายทาง เขาก็จะได้รับประโยชน์อย่างเหลือคณา ฉะนั้น ทุกย่างก้าวของการปฏิบัติจึงนำแต่ผลดีมาให้ นี่เป็นคุณลักษณะสำคัญอย่างหนึ่งที่แสดงถึงธรรมะที่แท้จริง

คุณลักษณะอีกประการคือ ธรรมะนั้นครบถ้วนบริบูรณ์อยู่แล้ว ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องเพิ่มเติมหรือลดทอนสิ่งใดเพื่อให้เกิดผล *เกวลัง ปริปุณณัง เกวลัง ปริสุทธัง* ธรรมะก็เปรียบเหมือนภาชนะที่เต็มแล้ว ไม่จำเป็นต้องเพิ่มเติมสิ่งใดเข้าไปอีก การเพิ่มเติมมีแต่จะทำให้สูญเสียสิ่งที่มีอยู่ในภาชนะนั้นไป

บ่อยครั้งที่ความอยากจะเพิ่มเติมนั้นเกิดจากเจตนาดี หวังจะให้ธรรมะดึงดูดผู้คนหลากหลายพื้นเพได้มากยิ่งขึ้น บางคนอาจตั้งคำถามว่า "การเพิ่มเติมสิ่งที่ดีๆ เข้าไปจะมีอันตรายอย่างไร" ขอให้เข้าใจว่า อันตรายก็คือ จะทำให้ธรรมะถูกลดค่าลงเป็นเพียงส่วนประกอบและถูกลืมเลือนไปในที่สุด การเพิ่มเติมอาจเป็นประโยชน์ในทางโลก แต่ทว่าเป้าหมายของธรรมะนั้นอยู่เหนือโลก นั่นคือการหลุดพ้นจากความทุกข์ บางสิ่งบางอย่างอาจจะไม่มีอันตรายในตัวของมันเอง แต่จะกลับกลายเป็นภัยอย่างยิ่ง ถ้ามันทำให้เราหลงลืมเป้าหมายนี้ไป

ที่เลวร้ายไม่แพ้กันก็คือ ความพยายามที่จะลดทอนธรรมะ ซึ่งอาจเกิดจากความปรารถนาดีอีกเช่นกัน คือไม่อยากจะไปสร้างความขัดเคืองใจให้แก่ผู้ที่อาจเห็นว่า คำสอน

บางอย่างนั้นยากที่จะยอมรับได้ การจะป้องกันในเรื่องนี้ เราจึงต้องระลึกว่าธรรมะไม่ได้มีไว้เพื่อตอบสนองทัศนะใดเป็นพิเศษ หากแต่เป็นกฎธรรมชาติที่พระบรมศาสดาได้ทรงค้นพบอีกครั้งเมื่อ 2,500 ปีก่อน ทุกๆ ส่วนของธรรมะจะต้องนำพาไปสู่จุดหมายปลายทาง การลดทอนในส่วนที่บางคนเห็นว่ามีข้อโต้แย้ง ไม่ว่าจะเป็นศีล สมาธิ หรือปัญญา อาจเป็นวิธีการเอาอกเอาใจผู้คน แต่จะมีประโยชน์อะไรเล่า ถ้าต้องสูญเสียประสิทธิภาพของพระธรรมคำสอนไป เราไม่ได้มุ่งหวังความนิยมชมชอบ หากจุดมุ่งหมายของเราคือความหลุดพ้นของตัวเราเองและผู้อื่น

ยกตัวอย่างน้ำผลไม้สักแก้ว บางคนอาจร้องว่า "เปรี้ยวจัง" อีกคนอาจบอกว่า "มันคงจะหวานกว่านี้ ถ้าได้เติมน้ำตาลอีกสักหน่อย" ดีจริงๆ ผสมน้ำตาลลงไปสักหน่อย ไม่เป็นอะไรหรอก แต่ครั้งต่อไป ถ้ามีน้ำผลไม้มาอีก ก็ใส่น้ำตาลเพิ่ม และเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ทุกครั้ง จนทำให้น้ำผลไม้สูญเสียรสชาติของมันไปในที่สุด จากนั้นผู้คนก็จะผสมน้ำกับน้ำตาลดื่ม โดยเรียกมันว่าน้ำผลไม้ แล้วก็ต้องแปลกใจที่มันไม่ได้ช่วยดับกระหายอะไรเลย น้ำทิพย์ของธรรมะก็เช่นกัน ต้องลิ้มรสในรูปแบบที่บริสุทธิ์ ไม่มีการดัดแปลงใดๆ เพื่อให้ได้รับประโยชน์อย่างแท้จริง

คำพูดนั้นเป็นเพียงแค่ลมปาก วิธีที่จะดึงดูดผู้คนให้หันมาสนใจธรรมะอย่างได้ผลกว่าก็คือ การดำเนินชีวิตของท่านให้แบบอย่าง ด้วยเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงได้ตรัสไว้ว่า *"พรัหมะจริยัง ปกาเสถะ"* จงเป็นแบบอย่างอันเจิดจรัสของธรรมะ โดยนำธรรมะไปใช้กับตัวท่านเอง นี่เป็นวิธีที่ดีที่สุดในการเชื้อเชิญผู้คนให้หันมาปฏิบัติธรรม

สมมติว่าท่านชี้นิ้วไปในทิศใดทิศหนึ่ง แล้วพูดว่า "นี่คือหนทางที่ถูกต้อง ที่ทุกคนต้องก้าวเดินเพื่อไปสู่ความหลุดพ้น นี่เป็นหนทางตรงไปสู่ความสุข" ก่อนที่ผู้คนทั้งหลายจะพิจารณาทางนั้น พวกเขาย่อมจ้องมองมาที่นิ้วของท่าน ถ้ามันเปรอะเปื้อนไปด้วยคราบสกปรกหรือเลือดแล้ว พวกเขาจะมั่นใจในทางที่ท่านชี้ได้อย่างไร จงพัฒนาความบริสุทธิ์ในตัวของท่านก่อน ถ้าท่านปรารถนาที่จะให้ผู้อื่นได้เดินไปตามเส้นทางอันบริสุทธิ์นี้

พระธรรมคำสอนนั้นมีความพิเศษอยู่ที่ตรงเรียบง่ายไม่ซับซ้อน คือเหตุอย่างหนึ่งย่อมก่อให้เกิดผลอย่างหนึ่ง การจะขจัดผล จึงต้องขจัดที่เหตุก่อน การมีปฏิกิริยาตอบโต้ต่อเวทนาที่น่าพอใจด้วยความชอบ หรือต่อเวทนาที่ไม่น่าพอใจด้วยความชัง ย่อมก่อให้เกิดทุกข์ในทันที แต่แทนที่จะมีปฏิกิริยาตอบโต้ เราเพียงแค่เฝ้าสังเกตดูด้วยรอยยิ้มและเข้าใจถึงความไม่เที่ยงของสิ่งที่กำลังประสบอยู่ ความทุกข์ก็จะไม่เกิดขึ้น นี่คือธรรมะ คือกฎธรรมชาติ

อันเป็นสากลที่ใช้ได้กับทุกผู้คน ไม่ว่าจะเป็นศาสนา เพศ กลุ่มสังคม หรือเชื้อชาติใด นี่คือแก่นของธรรมะที่เราพยายามจะมอบให้แก่ผู้คนทั้งหลายในรูปแบบที่บริสุทธิ์ดังเดิม

ขอให้ยึดหลักธรรมที่เป็นรากฐานนี้ไว้ แล้วความชัดเจนในรายละเอียดทั้งหมดของวิธีการเผยแผ่ก็จะตามมาเอง

ในเมื่อความรักความเมตตาเป็นพื้นฐานที่ดีงามในการเผยแผ่ธรรมแล้ว ก็จงนำมาใช้เป็นหลักในการปรึกษาหารือของพวกท่านตลอดการประชุมนี้ด้วย หากมีข้อเสนอแนะใดๆ ขอให้ระมัดระวังที่จะนำเสนออย่างอ่อนน้อม ไม่ยึดติดในความเห็นของตน ขอให้ใช้สติปัญญาในการพูด ท่านอาจแสดงความเห็นได้ถึง 3 ครั้ง ซึ่งถ้าคนอื่นยังไม่ยอมรับ ก็จงยิ้มและปล่อยวางเสีย ขอให้จำไว้ว่า ธรรมะจะจัดสรรเองอย่างลงตัว โดยไม่จำเป็นต้องเป็นไปตามความเข้าใจอันจำกัดของท่านที่คิดว่าดีที่สุด

ขอให้ระลึกว่า ภาชนะที่ว่างเปล่าไม่อาจให้อะไรแก่ผู้คนได้ ฉะนั้น จงเติมเต็มตัวของท่านเองด้วยธรรมะ จงค้นพบความสุขสงบในตัวของท่านเอง แล้วสิ่งเหล่านี้ก็จะยังประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นได้ในที่สุด

ขอให้ท่านทั้งหลายจงก้าวเดินไปบนเส้นทาง เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุข และความหลุดพ้นของผู้คนจำนวนมาก ขอให้พวกท่านจงประสบผลสำเร็จในความพยายามที่จะเผยแผ่ธรรม เผยแผ่ความสงบสุขและมิตรไมตรี ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย
3 มีนาคม 2532

ถาม–ตอบ

ถาม *ว่ากันว่า "อาตมันไม่มีวันตาย" ถ้าเช่นนั้นแล้ว มันจะเป็นอย่างไรหลังจากนิพพาน ถ้ามันหายไป ก็แสดงว่าความเชื่อที่ว่าอาตมันไม่มีวันตายนั้นผิด ขอให้ท่านช่วยไขความกระจ่างด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ ความเชื่อที่ว่าอาตมันคงอยู่ชั่วนิรันดร์นั้นเป็นความเชื่อในเชิงปรัชญา ก่อนอื่นคนๆ นั้นต้องเชื่อว่ามีอาตมันหรือวิญญาณอยู่ จากนั้นก็ต้องเชื่อว่ามันเป็นอมตะ ความเชื่อทั้งสองนี้เกี่ยวพันกันอย่างมาก ถ้าอาตมันหรือวิญญาณเป็นสิ่งไม่เที่ยง มันก็ไม่มีประโยชน์อะไรกับฉัน ฉันยอมรับอาตมันเพราะมีคนบอกว่ามันจีรังยั่งยืน และฉันก็เข้าใจว่ามันคือ "ตัวฉัน" นั่นเอง ถ้ามีคนมากระซิบข้างหูฉันว่า "ดูสิ ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ล้วนไม่จีรังยั่งยืน มีแต่เธอเท่านั้นที่เที่ยงแท้ถาวร เธอจะคงอยู่ตลอดไป" ฉันก็ย่อมจะเคลิบเคลิ้มไปกับความเชื่อนี้ "วิเศษจริงๆ ตัวฉันจะยังคงอยู่ ทุกสิ่งทุกอย่าง ทั้งร่างกาย จิตใจ และจักรวาลต้องดับสลาย มีแต่ตัวฉันเท่านั้นที่จะยังคงอยู่"

ความเชื่อนี้จะเพิ่มพูนความยึดมั่นถือมั่นอย่างแรงกล้าจนพัฒนาไปสู่ "ตัวฉัน" โดยมีอวิชชาหรือความไม่รู้เป็นตัวสนับสนุน มีเหตุผลที่อยู่เบื้องหลังที่มาของความเชื่อในเชิงปรัชญาเหล่านี้ แต่เราไม่ได้มีหน้าที่ที่จะบอกว่า "ไม่ใช่ นี่เป็นความเชื่อที่ผิด" หรือมาอธิบายเหตุผล ถกเถียงกัน เพราะมันไม่มีประโยชน์อะไร อีกทั้งยังไม่ใช่เรื่องที่จะไปยืนยันความเชื่อดังกล่าว

เอาล่ะ ถ้าตัดประเด็นนี้ออกไป สมมติเราเชื่อว่าวิญญาณเป็นอมตะ ข้าพเจ้าก็จะขอตรวจสอบความเชื่อนี้ดู เพราะวิปัสสนาคือการตรวจสอบความจริงที่อยู่ภายในขอบเขตของร่างกาย สิ่งแรกที่ท่านจะได้พบก็คือโครงสร้างของร่างกาย การปฏิบัติวิปัสสนาจะช่วยให้ท่านค่อยๆ เคลื่อนจากความหยาบไปสู่ความละเอียด จนถึงละเอียดที่สุด แล้วท่านก็จะมาถึงขั้นที่เริ่มได้พบกับอนุปรมาณูเล็กๆ ที่มีแต่การเกิดดับ ซึ่งจะทำให้ท่านตระหนักได้ว่า "นี่ไม่ใช่อาตมัน เพราะอาตมันเป็นอมตะ เที่ยงแท้ แต่นี่เป็นสิ่งที่แปรปรวน

ไม่เที่ยงแท้"

ในทำนองเดียวกัน ถ้าท่านเฝ้าสังเกตโครงสร้างทั้งหมดของจิตไปเรื่อยๆ จากหยาบ ไปละเอียด จนถึงละเอียดที่สุด ก็จะพบว่าโครงสร้างของจิตเป็นเพียงกระแสสั่นสะเทือนที่เกิดขึ้นแล้วดับไปเช่นกัน ประสบการณ์ดังกล่าวช่วยให้ท่านสำรวจดุจดั่งนักวิทยาศาสตร์ได้ว่าความจริงเป็นเช่นไร เมื่อท่านไปถึงขั้นที่ปรากฏการณ์ทั้งหมดของกายและจิตมีแต่การเกิดดับ โดยที่ความไม่บริสุทธิ์ทั้งหลายได้ถูกขจัดออกไปในกระบวนการนี้แล้ว ท่านก็จะได้พบกับสภาวะที่อยู่เหนือขอบเขตของนามรูปที่เรียกว่านิพพาน อันเป็นสภาวะที่ปราศจากการเกิดดับ ท่านอาจเคยบอกว่ามันเป็นอมตะ เป็นนิรันดร์ แต่เมื่อท่านได้เข้าถึงสภาวะนี้แล้ว จะไม่มี "ตัวฉัน" อีกต่อไป ท่านต้องประสบกับสภาวะดังกล่าวด้วยตนเอง มิฉะนั้นแล้วมันก็จะเป็นเพียงความเชื่อทางปรัชญาเท่านั้น

จงยอมรับความจริงที่ท่านได้ประสบด้วยตนเองภายในขอบเขตของร่างกายเท่านั้น และปฏิบัติต่อไปเรื่อยๆ แล้วท่านก็จะได้รับคำตอบ วิปัสสนาจะช่วยไขคำตอบนี้ให้เอง

ถาม *การนั่งปฏิบัติวันละ 2 ชั่วโมงมีความสำคัญอย่างไร*

ท่านอาจารย์ ท่านต้องให้อาหารแก่ร่างกายทุกวัน อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง เพื่อบำรุงให้มันแข็งแรงสมบูรณ์อย่างไร ท่านก็ต้องให้อาหารแก่จิตใจ เพื่อบำรุงให้มันแข็งแรงสมบูรณ์ด้วยเช่นกัน การนั่งปฏิบัติ 2 ชั่วโมงนี้ ก็คือการที่ท่านได้ให้อาหารแก่จิตใจ เพื่อให้มันแข็งแรงสมบูรณ์

ถาม *ทุกสิ่งในโลกล้วนไม่เที่ยง แต่หลักธรรมบางข้อในพระคัมภีร์และในหลักคณิตศาสตร์กลับแน่นอนตายตัว เช่น สองบวกสองเป็นสี่ เช่นนั้นแล้วสิ่งต่างๆ จะไม่เที่ยงแท้ได้อย่างไรกัน*

ท่านอาจารย์ ใช่แล้ว ทุกสิ่งที่อยู่ภายใต้ขอบเขตของนามรูปล้วนไม่เที่ยง ซึ่งความไม่เที่ยงนี้ก็เป็นสิ่งที่แน่นอนตายตัว สรรพสิ่งนั้นเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา ตราบใดที่ยังมีรูป มีจิตเข้าเกี่ยวข้อง ก็ย่อมจะมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ธรรมชาติของความแปรปรวนไม่อาจกลับกลายเป็นความคงทนถาวรไปได้ มันต้องเปลี่ยนแปลงไปเสมอ

มีหลักสัจธรรมอยู่สี่ข้อด้วยกัน ข้อแรกคือสัจธรรมเกี่ยวกับรูป ข้อที่สองคือสัจธรรมเกี่ยวกับจิต ข้อที่สามคือสัจธรรมเกี่ยวกับเจตสิกหรือองค์ประกอบของจิต และข้อสุดท้ายคือสภาวะของนิพพาน ทั้งหมดนี้เป็นสิ่งที่เที่ยงแท้แน่นอน สามข้อแรกนั้นเที่ยงแท้แน่นอนในแง่ที่มีธรรมชาติอันแปรปรวน ส่วนข้อสุดท้ายนั้นเที่ยงแท้แน่นอนในแง่ที่มีธรรมชาติอันไม่แปรปรวน ไม่เปลี่ยนแปลง ฉะนั้น โดยนัยนี้ สิ่งต่างๆ จึงมีทั้งที่เที่ยงแท้แน่นอนและไม่เที่ยงแท้แน่นอน

แต่ที่ต้องเน้นถึงความเป็นอนิจจัง ก็เพราะความไม่รู้และความหลงทำให้เราเกิดความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งที่ไม่เที่ยงนี้ และเมื่อมันเปลี่ยนแปลงไป เราก็รู้สึกเศร้าสลด การยึดมั่นถือมั่นจึงนำมาซึ่งความทุกข์ ด้วยเหตุนี้การอบรมวิปัสสนาทั้งหมดจึงมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดความเข้าใจว่า สิ่งที่ไม่เที่ยงย่อมเปลี่ยนแปลงไปเสมอ ธรรมชาติของความเป็นอนิจจังนี้จะไม่มีวันเป็นอื่น เราต้องขจัดความยึดมั่นถือมั่นของตนเองเสีย มิฉะนั้นแล้วจะเป็นทุกข์เปล่าๆ การปฏิบัติวิปัสสนามีเป้าหมายเพื่อสิ่งนี้เท่านั้น ไม่ใช่เพื่อก่อตั้งหลักปรัชญาใดๆ

ถาม *การนั่งปฏิบัติร่วมกันมีประโยชน์อย่างไรคะ*

ท่านอาจารย์ เวลาที่มีผู้ปฏิบัติมานั่งปฏิบัติร่วมกัน สิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของพวกเขาย่อมจะแทรกซึมออกสู่บรรยากาศโดยรอบด้วย ฉะนั้น ถ้าหากมีผู้ปฏิบัติสักห้า สิบ ยี่สิบหรือห้าสิบคนมานั่งปฏิบัติร่วมกัน ก็อาจมีกระแสสั่นสะเทือนของคนหนึ่งหรือสองคนในที่นั้นที่เป็นกระแสที่ดี ซึ่งจะช่วยให้คนอื่นๆ ปฏิบัติได้ดีขึ้นในบรรยากาศดังกล่าว นี่คือเหตุผล

ถาม *ผมยังมีความเจ็บปวดอย่างมาก แม้ในเวลาที่นั่งปฏิบัติอยู่ที่บ้าน ผมควรจะทำอย่างไรดีครับ*

ท่านอาจารย์ ก็ปฏิบัติไป ท่านจะทำอะไรได้ ตอนนี้ท่านมีเครื่องมืออันแสนวิเศษที่จะขจัดนิสัยเก่าๆ ของโทสะออกไปแล้ว เมื่อใดก็ตามที่ท่านได้พบเจอกับเวทนาที่ไม่น่าพอใจ นิสัยเก่าๆ ของจิตจะคอยตอบโต้ด้วยความขุ่นเคือง แต่วิปัสสนาจะช่วยให้ท่านหลุดพ้นจากการปรุงแต่งดังกล่าว

ท่านจะไม่สามารถขจัดความขุ่นเคืองต่อเวทนาที่ไม่น่าพอใจได้เลย ถ้าหากไม่เผชิญหน้ากับมัน และเปลี่ยนแปลงนิสัยความเคยชินนี้เสีย ฉะนั้น จงยอมรับเวทนาต่างๆ เหล่านี้ ซึ่งจะช่วยให้ท่านหลุดพ้นจากนิสัยเจ้าโทสะเก่าๆ ได้ วัตถุประสงค์ทั้งหมดของการปฏิบัติวิปัสสนาก็เพื่อเปลี่ยนแปลงความเคยชินเก่าๆ ของจิต ไม่ว่าจะเป็นความชอบต่อเวทนาที่น่าพอใจ หรือความขุ่นเคืองต่อเวทนาที่ไม่น่าพอใจ เมื่อมีเวทนาที่น่าพอใจเกิดขึ้น ขอให้ท่านเฝ้าสังเกตดูมันไปโดยไม่ไปยึดติด ปรุงแต่งตอบโต้ แต่ด้วยความเข้าใจว่ามันเป็นอนิจจัง ดีแล้วที่ตอนนี้มีเวทนาที่ไม่น่าพอใจเกิดขึ้น ขอให้ใช้ประโยชน์จากมันด้วยการปฏิบัติวิปัสสนา

ถาม *หลังจบการอบรมแต่ละครั้ง ดิฉันยังปฏิบัติได้ดีอยู่ระยะหนึ่ง แต่จากนั้นก็รู้สึกว่ายากขึ้น จนไม่สามารถเคลื่อนความสนใจไปทั่วทั้งร่างกายได้ ดิฉันควรจะทำอย่างไรดีคะ*

ท่านอาจารย์ ขอให้ปฏิบัติต่อไป พยายามต่อไป เวลาที่ท่านเข้ามาอยู่ในสภาพแวดล้อม

ของธรรมะเช่นนี้ บรรยากาศทั้งหมดจะเต็มไปด้วยกระแสที่เป็นปฏิปักษ์กับโลภะ โทสะ และโมหะ ซึ่งก็ช่วยให้ท่านปฏิบัติได้ดีและมีพลัง ท่านต้องนำพลังนี้ไปเผชิญกับโลกภายนอก เพราะท่านยังต้องใช้ชีวิตอยู่ในโลกนี้ ท่านไม่สามารถจะอยู่ที่ศูนย์ฯ ได้ตลอดไป การที่ท่านไปโรงพยาบาลก็เพื่อรักษาสุขภาพ ไม่ใช่ไปพักอาศัยอยู่ที่นั่น ฉะนั้น จงมาเพิ่มเติมพลังที่นี่ แล้วกลับออกไปใช้ชีวิตกับโลกภายนอก แต่หลังจากที่ผ่านไปสักระยะ ท่านอาจพบว่าการปฏิบัติของท่านถดถอยลงอีก ก็ขอให้เข้าใจเหตุผลว่า บรรยากาศทั้งหมดของโลกภายนอกนั้นเต็มไปด้วยกระแสของโลภะและโทสะ ซึ่งตัวท่านเองก็กำลังทำในสิ่งที่ต่อต้านกับกระแสเหล่านั้น บรรยากาศภายนอกจะเริ่มเข้าครอบงำท่าน จนทำให้ท่านอ่อนแอลง ท่านจึงต้องพยายามสู้ต่อไป

ท่านมีเครื่องมือที่จะใช้ต่อสู้อยู่สองอย่าง อย่างแรกคืออานาปานสติ ซึ่งใช้รับมือกับปัญหานี้โดยเฉพาะ เมื่อใดก็ตามที่ท่านรู้สึกตัวว่า อ่อนแอเกินกว่าจะรับรู้ความรู้สึกที่ร่างกายได้ ก็ขอให้กลับมาทำอานาปานะ ท่านสามารถหายใจให้แรงขึ้นได้ ถ้ายังจับลมหายใจไม่ได้อีก ก็ให้หายใจแรงขึ้นอีกสักหน่อย ท่านสามารถทำให้ลมหายใจหยาบขึ้นได้เล็กน้อย ขอให้ปฏิบัติเช่นนี้ แล้วจิตจะเริ่มสงบลง จนท่านสามารถกลับมารับรู้ความรู้สึกที่ร่างกายได้

ถาม *ถ้าไม่มีความรู้สึกอ่อนละเอียดเบาสบายเกิดขึ้นที่ร่างกายแล้ว จะแผ่เมตตาได้อย่างไร*

ท่านอาจารย์ เป็นความจริงที่ว่า ถ้าหากท่านแผ่เมตตาในขณะที่มีความรู้สึกอ่อนละเอียดเบาสบายแล้ว การแผ่เมตตานั้นจะมีพลังและอานิสงส์ที่แรงกล้า เพราะในขณะนั้นท่านกำลังลงไปอยู่ที่ส่วนลึกที่สุดของจิต แต่ถ้าท่านได้พบกับความรู้สึกที่หยาบ แสดงว่าท่านยังคงอยู่แค่ที่พื้นผิวของจิต การแผ่เมตตาจึงไม่มีพลังเท่าที่ควร แต่ไม่เป็นไร ในขั้นนี้ขอให้เพียงจินตนาการนึกคิดว่า "ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุข ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุข" และปฏิบัติต่อไป เมื่อท่านก้าวไปถึงขั้นที่ได้พบกับกระแสสั่นสะเทือนอ่อนละเอียดเบาสบาย ก็จะลงลึกยิ่งขึ้น และการแผ่เมตตาจะให้ผลมากขึ้นเอง

ถาม *ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจะเผชิญกับความเศร้าโศกจากการสูญเสียบุคคลที่รักได้อย่างไร*

ท่านอาจารย์ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาควรใช้ปัญญาให้มากและเข้าใจในกฎธรรมชาติ แทนที่จะเอาแต่ร้องห่มร้องไห้หรือสวดอ้อนวอน ไม่มีทางที่คนตายจะฟื้นคืน ท่านต้องยอมรับความจริงว่าเขาได้จากไปแล้วอย่างไม่มีวันกลับ

จงเข้าใจว่า เมื่อใดก็ตามที่ท่านสร้างกระแสแห่งความโศกเศร้าทุกข์ระทมในขณะ

ที่หวนคิดถึงผู้ตาย กระแสดังกล่าวย่อมไปถึงคนผู้นั้นด้วย ไม่ว่าเขาจะอยู่ที่ใดก็ตาม ซึ่งจะทำให้เขาเป็นทุกข์ไปด้วย คงไม่มีใครต้องการให้คนที่รักและใกล้ชิดซึ่งได้ตายจากไปแล้ว ต้องเป็นทุกข์ แน่นอนที่เราย่อมต้องการให้ผู้ตายมีความสุขสงบและหลุดพ้น แต่ท่านกลับส่งกระแสที่จะทำให้เขาเป็นทุกข์มากยิ่งขึ้น ซึ่งเท่ากับท่านได้ทำร้ายผู้ที่ท่านปรารถนาจะให้เขามีความสุข

อันตรายอีกอย่างคือ ในขณะที่ท่านร้องไห้คิดถึงคนที่รักและใกล้ชิดซึ่งตายจากไปนั้น ท่านได้กำลังเพาะสังขารแห่งความทุกข์ ท่านจึงกลายเป็นผู้ที่มีความทุกข์ และเมล็ดพันธุ์แห่งความทุกข์นี้ก็มีแต่จะก่อให้เกิดทุกข์ต่อๆ ไป ธรรมชาติไม่สนใจหรอกว่าท่านกำลังเพาะเมล็ดพันธุ์ดังกล่าวด้วยเหตุผลอะไร ในเมื่อเป็นเมล็ดพันธุ์แห่งความทุกข์ มันก็ย่อมต้องก่อให้เกิดทุกข์

แล้วเมล็ดพันธุ์นี้คืออะไร เมล็ดพันธุ์นี้คือสิ่งที่จะบ่มเพาะและสร้างความเคยชินให้กับจิต และตอนนี้ท่านก็กำลังฟูมฟักความเคยชินของจิต ด้วยการทำให้เป็นทุกข์ยิ่งขึ้นจากเหตุต่างๆ ความเคยชินนี้มีแต่จะทำให้เป็นทุกข์มากขึ้นในอนาคต ฉะนั้น จึงเท่ากับท่านได้ทำร้ายทั้งตนเองและคนที่รักซึ่งตายจากไปแล้วด้วย

อันตรายอย่างที่สามคือ ความรู้สึกเป็นทุกข์ที่เกิดจากสังขารหรือการปรุงแต่งนี้จะเริ่มแพร่กระจายเข้าสู่บรรยากาศรอบตัว ทำให้คนอื่นๆ ในครอบครัวพลอยซึมเศร้าไปกับท่าน ซึ่งเท่ากับว่าท่านได้เริ่มทำร้ายตัวเองและผู้คนรอบข้างที่ยังมีชีวิตอยู่ รวมถึงคนที่ท่านรักซึ่งได้ตายจากไปด้วย การกระทำของท่านจึงก่อให้เกิดผลร้ายถึง 3 ประการ

แต่ถ้าเราใช้ปัญญาและเข้าใจในกฎธรรมชาติ เวลาที่นึกถึงผู้ตาย หากมีความเศร้าขึ้นมาแม้เพียงเล็กน้อย ท่านก็จะระงับได้ในทันที แล้วแผ่กระแสแห่งความรักความเมตตาไปให้ "ขอจงมีความสุข ไม่ว่าจะอยู่ที่ใดก็ตาม ขอจงมีความสุข ความสงบ และหลุดพ้นเถิด" กระแสดังกล่าวย่อมจะไปถึงคนผู้นั้น และทำให้เขามีความสุข เพราะเป็นกระแสที่เต็มไปด้วยความสุขสงบ ท่านกำลังบ่มเพาะสังขารแห่งความสุขสงบ เมล็ดพันธุ์นี้จะนำความสุขสงบมาสู่ท่าน และกระแสนี้ก็ยังจะแผ่ซ่านเข้าสู่บรรยากาศ ทำให้เกิดความสุขสงบขึ้นด้วย ซึ่งนั่นเท่ากับว่าท่านได้ช่วยเหลือทั้งผู้ตายอันเป็นที่รัก ตัวท่านเองและครอบครัว ด้วยวิธีการที่ถูกต้องตามครรลองธรรม

กระแสสั่นสะเทือนนั้นให้ผล แม้แต่กับผู้ที่เสียชีวิตไปแล้ว ไม่ว่าจะอยู่ที่ใดก็ตาม กระแสสั่นสะเทือนที่เราสร้างขึ้นในขณะที่นึกถึงผู้ตายย่อมจะไปถึงเขาอย่างแน่นอน แต่จะให้พลังแรงกล้าหรือแผ่วเบานั้นขึ้นอยู่กับความเข้มแข็งของจิตท่าน

หลายๆ ครั้งในชีวิต ท่านจะพบว่าอยู่ๆ ก็มีความรู้สึกหดหู่ซึมเศร้าโดยไม่มีต้นสายปลายเหตุ ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะท่านได้สัมผัสกับกระแสสั่นสะเทือนบางอย่างจากภายนอก ถ้าเป็นกระแสของความหดหู่ซึมเศร้า ก็จะทำให้ท่านรู้สึกหดหู่ซึมเศร้า ในทำนองเดียวกัน บ่อยครั้งที่ท่านมีความสุขโดยไม่มีสาเหตุ ทั้งๆ ที่ไม่มีอะไรเกิดขึ้น นั่นเป็นเพราะท่านได้รับกระแสที่ดีของความสุข นี่เป็นกฎธรรมชาติ ถ้าท่านเข้าใกล้เตาอบร้อนๆ กระแสของมันย่อมจะทำให้ท่านรู้สึกร้อน แต่ถ้าท่านเข้าใกล้ตู้เย็น กระแสของมันก็จะทำให้ท่านรู้สึกเย็น ผู้ที่เข้าใจกฎธรรมชาตินี้และรู้จักนำมาปรับใช้ในชีวิตได้ก่อนเท่าใด ก็ยิ่งดีเท่านั้น นี่จึงเป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะรับมือกับช่วงเวลาดังกล่าว

ถาม *เรายังมีลูกเล็กๆ จึงไม่ค่อยมีเวลาได้ปฏิบัติ จะทำอย่างไรดีคะ*

ท่านอาจารย์ ผู้ครองเรือนมักจะพบกับอุปสรรคเช่นนี้ แต่ถ้ามามัวเฝ้ารอให้หมดอุปสรรค ท่านก็จะไม่ได้ปฏิบัติไปทั้งชีวิต สำหรับผู้หญิง การเป็นแม่นั้นเป็นเรื่องดี และหากท่านมีลูก ก็มีหน้าที่ที่จะต้องเลี้ยงดูพวกเขา ซึ่งนั่นยิ่งดีใหญ่ แต่ในระหว่างที่รับผิดชอบดูแลลูกๆ ท่านต้องหาเวลาปฏิบัติไปด้วย เวลาที่ลูกหลับ ท่านก็ปฏิบัติ พอลูกตื่น ท่านก็ดูแลเขา ถึงแม้จะไม่มีเวลาแน่นอนหรือสถานที่ปฏิบัติแน่ชัด ก็ไม่เป็นไร ขอให้ปฏิบัติในช่วงที่ว่าง อย่าทิ้ง

ถาม *จะเริ่มสอนลูกๆ ให้นั่งสมาธิตอนอายุเท่าไรดีคะ*

ท่านอาจารย์ ตั้งแต่ที่ยังไม่เกิด ท่านควรจะสอนให้ลูกรู้จักกับการปฏิบัติตั้งแต่ยังอยู่ในท้อง เขาต้องการกระแสสั่นสะเทือนที่ดี ฉะนั้น จงปฏิบัติวิปัสสนา แม่ที่กำลังอุ้มท้องทุกคนควรจะปฏิบัติวิปัสสนาให้มากขึ้น เพราะเท่ากับท่านกำลังช่วยเหลือทั้งสองชีวิตไปพร้อมๆ กัน นั่นคือตัวท่านเอง กับอีกชีวิตที่ยังไม่ลืมตามาดูโลก

จากนั้นเมื่อเด็กๆ โตขึ้นสัก 5-6 ขวบ ท่านจึงค่อยสอนอานาปานะ ให้เขารู้ลมหายใจสักชั่วประเดี๋ยว 2-3 หรือ 5 นาทีพอ อย่าไปเร่งรัดมากนัก ให้ดูลมหายใจแค่ 2-3 นาที แล้วพูดกับเขาว่า "เอาล่ะ ไปเล่นได้" หลังจากนั้นก็ให้เขาสังเกตลมหายใจอีก 2-3 นาที สำหรับเด็กๆ แล้ว จะดูเหมือนกับการเล่นสนุกมากกว่า พอพวกเขาโตขึ้น จึงค่อยเพิ่มเวลา นั่นเป็นวิธีที่ท่านจะปลูกฝังเมล็ดพันธุ์แห่งธรรมะ ให้ลูกๆ ได้เจริญเติบโตขึ้นมาในบรรยากาศของธรรมะ

ถาม *การที่ท่านได้ริเริ่มจัดการฝึกอบรมอานาปานสติขึ้นในโรงเรียนบางแห่งนั้น จะเป็นประโยชน์แก่เด็กๆ อย่างไรบ้างคะ*

ท่านอาจารย์ อันที่จริงแล้วการฝึกอบรมทั้งหมดมีวัตถุประสงค์เพียงอย่างเดียวคือเพื่อให้พวกเขาได้มีชีวิตอยู่อย่างสุขสงบ

เคารพในกฎธรรมชาติ ไม่ทำร้ายตัวเองและผู้อื่น จะมาเรียนรู้ศิลปะแห่งการดำเนินชีวิตนี้ในตอนที่แก่เฒ่าแล้วก็ยาก ฉะนั้น จึงควรจะเริ่มต้นกันเสียตั้งแต่อายุยังน้อยๆ ตามโรงเรียนควรจะให้เด็กๆ ได้เรียนรู้ศิลปะแห่งการดำเนินชีวิตที่ดีงาม เพื่อชีวิตต่อไปในภายภาคหน้า

ท่านเริ่มสอนเด็กๆ ให้รู้จักวิธีควบคุมจิตใจด้วยการสังเกตลมหายใจ พร้อมๆ กับอธิบายว่าเราต้องมีชีวิตอยู่ในศีลในธรรม เพื่อให้พวกเขาเข้าใจว่า "ฉันจะต้องไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักขโมย ฯลฯ แต่จะเว้นจากสิ่งเหล่านี้ได้อย่างไร ฉันต้องรู้จักควบคุมจิตใจตัวเอง ใช่แล้ว วิธีนี้ช่วยได้" เครื่องมือที่ใช้ฝึกปฏิบัตินี้เป็นสากล ฉะนั้น ไม่ว่าเด็กๆ จะมาจากชนชั้นวรรณะสังคม หรือศาสนาใด ก็ฝึกปฏิบัติได้

ท่านควรจะบอกเด็กๆ ด้วยว่า ถ้าหากพวกเขาเฝ้าสังเกตดูลมหายใจต่อไป ก็จะมีชีวิตที่ดีงาม และเมื่อพัฒนาไปเรื่อยๆ ก็จะสามารถชำระจิตให้บริสุทธิ์ จนถึงขั้นที่มีชีวิตอันประเสริฐ ซึ่งนั่นคือเป้าหมาย ดังเช่นในโรงเรียน ที่เด็กๆ เรียนรู้ตัวหนังสือต่างๆ เพื่อจะได้เป็นบัณฑิตผู้รู้ในภายหน้า ตอนนี้พวกเขาก็กำลังเริ่มต้นจากพื้นฐานของศีลและลมหายใจ

ถาม *ท่านคิดว่าการฝึกอบรมนี้จะช่วยให้เด็กๆ เป็นพลเมืองดีได้หรือคะ*

ท่านอาจารย์ พลเมืองดีเป็นอย่างไร พลเมืองดีก็คือผู้ที่ไม่ทำร้ายตนเองและผู้อื่นในสังคม การอบรมทั้งหมดชี้ให้เห็นว่า จะมีชีวิตอยู่ในศีลในธรรมได้อย่างไร ถ้าเด็กๆ ได้เรียนรู้เรื่องนี้ตั้งแต่เล็กๆ เมื่อเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ พวกเขาก็จะมีชีวิตที่ดีมีคุณภาพ นี่เป็นวิธีที่จะช่วยให้เขาเป็นพลเมืองดีได้

ถาม *ทำไมถึงต้องแบ่งแยกเขตชายหญิงในระหว่างการอบรมด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ เรื่องนี้อาจไม่จำเป็นนัก ถ้าเราปฏิบัติวิธีการอื่นที่ให้ความสำคัญอยู่แค่ในระดับพื้นผิวของจิต ไม่ใช่สิ่งที่อยู่ลึกลงไป แต่วิธีการนี้ต่างกันอย่างสิ้นเชิง เราจะเริ่มผ่าตัดจิตตั้งแต่แรก เพื่อชำระความไม่บริสุทธิ์ต่างๆ ออกไปจากส่วนที่ลึกที่สุด และในเวลาที่ท่านผ่าตัดแผล ก็ย่อมจะมีแต่น้ำหนองไหลออกมา ไม่ใช่น้ำหอมดอกกุหลาบ แล้วอะไรคือน้ำหนองของจิตนี้ล่ะ น้ำหนองที่เลวร้ายที่สุดก็คือกามราคะ โลกทั้งหมดที่ท่านอาศัยอยู่นี้เรียกว่ากามโลก เป็นโลกที่อยู่ภายใต้อิทธิพลของกามารมณ์ ในระดับที่เห็นเด่นชัดคือ แม้แต่ตัวท่านเองก็ยังเกิดมาจากการอยู่ร่วมกันของพ่อแม่ รากเหง้าของกามราคะจึงฝังลึกอยู่ในตัวท่าน ซึ่งหากอารมณ์ทางเพศนี้ขึ้นมาบนพื้นผิวแล้ว มันก็จะโหมกระหน่ำรุนแรงขึ้นมาได้สำหรับผู้ชาย เมื่อได้สัมผัสกับกระแสสั่นสะเทือนของเพศหญิง เช่นเดียวกับผู้หญิง ที่อารมณ์ทางเพศก็จะกระพือขึ้น เมื่อได้สัมผัสกับกระแสสั่น

สะเทือนของเพศชาย และถ้าท่านยังคงอยู่ปะปนกันในระหว่างที่กำลังผ่าตัดอยู่นี้ ก็จะเป็นอันตราย เพราะมันจะทำร้ายท่าน แทนที่ท่านจะได้หลุดพ้นจากกามราคะ มันก็อาจจะยิ่งกลับเพิ่มพูนขึ้น ฉะนั้น ท่านจึงควรที่จะอยู่ห่างจากกันให้มากที่สุด นี่เป็นเรื่องสำคัญ

ถาม *เราพบว่าชาวต่างชาติได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติวิปัสสนามากกว่าชาวอินเดียเสียอีก ดูเหมือนพวกเขาจะมีระเบียบวินัยและความจริงใจมากกว่า แม้แต่เวลาที่รับใช้ธรรมะ พวกเขาก็ยังมีความจริงใจ และพร้อมที่จะทำงานทุกอย่างโดยปราศจากอัตตามากกว่า ทำไมจึงเป็นอย่างนั้นล่ะครับ*

ท่านอาจารย์ ธรรมะก็สอนทุกๆ คนเหมือนกันนั่นแหละ เพียงแต่ท่านไม่ปฏิบัติเท่านั้น ! ฉะนั้น จงสำรวจตัวเองดู ทำไมจึงไม่ปฏิบัติ ปัญหาอยู่ที่ท่านมัวแต่หลงเพลินอยู่กับความเชื่อทางปรัชญาที่ว่า "มีวิญญาณ มีพระเจ้า ฉันเชื่อในสิ่งนี้" ทั้งหมดนี้จึงกลายมาเป็นอุปสรรคอันยิ่งใหญ่ ส่วนคนเหล่านั้นได้ออกมาจากความหลงส่วนใหญ่นี้แล้ว เขาคิดว่า "ฉันมาที่นี่เพื่อเรียนรู้วิธีการปฏิบัติที่จะช่วยชำระจิตให้บริสุทธิ์ และทำให้ฉันเป็นคนดี" ดังนั้น เขาจึงปฏิบัติ

หรือไม่พวกท่านก็มีข้ออ้างต่างๆ นานาว่า "ฉันเป็นฮินดูที่เคร่งครัด"... "ฉันเป็นเชนที่เคร่งครัด จะมาเข้ากับพวกนี้ไม่ได้หรอก" วิปัสสนาไม่ได้เปลี่ยนแปลงท่านให้หันมาถือพุทธ หากแต่ให้ท่านยึดถือในธรรมะ ถึงกระนั้นคำถามนี้ก็ยังวนเวียนอยู่ในใจของท่าน ถ้าท่านยังไม่อาจหลุดพ้นจากพันธนาการนี้ได้ ก็จะไม่ได้รับประโยชน์อะไรเลย จงออกมาจากพันธนาการนี้เสีย และเข้าใจว่าธรรมะนั้นเป็นสากล เป็นศิลปะในการดำเนินชีวิต เป็นหนทางที่จะพัฒนาความสามารถในการควบคุมและชำระจิตให้บริสุทธิ์ เพื่อที่เราจะได้มีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข ถ้าท่านเข้าใจได้ดังนี้ ก็จะปฏิบัติมากขึ้น แล้วคุณสมบัติทั้งหลายที่ท่านเอ่ยอ้างถึงชาวตะวันตก ก็จะพัฒนาขึ้นในตัวของท่านโดยไม่มีข้อยกเว้น

ถาม *ทำไมแค่ดื่มไวน์แก้วเดียวก็ถือว่าผิดศีลแล้วครับ*

ท่านอาจารย์ พอมีแก้วแรก ก็ย่อมมีแก้วต่อๆ ไป ทำไมถึงไม่หยุดมันเสียตั้งแต่ต้นล่ะ เมื่อใดที่ท่านเริ่มติดมันแล้ว ก็ยากที่จะถอนตัว ทำไมถึงไม่ถอยห่างจากสิ่งเสพติดทั้งหลายทั้งปวงเสียเลยล่ะ

เหตุผลที่สำคัญอีกประการคือ หากผู้ที่ได้ละเว้นจากสิ่งเสพติดและมีความก้าวหน้าในการปฏิบัติ ได้ดื่มของมึนเมาแม้เพียงเล็กน้อย เขาจะรู้สึกปั่นป่วน ไม่สบายขึ้นมาในทันที เขาจึงดื่มไม่ได้

จงเข้าใจเถิดว่า จากประสบการณ์จำนวนมากของผู้ปฏิบัติที่ก้าวหน้า ชี้ให้เห็นว่า สิ่งนี้ขัดกับธรรมะ ขัดกับการชำระจิตให้บริสุทธิ์ อวิชชาหรือความหลงนั้นเป็นบ่อเกิดของกิเลส

ความไม่บริสุทธิ์ และสิ่งเสพติดก็เกี่ยวพันอย่างใกล้ชิดกับอวิชชา มันทำให้ท่านสูญเสียความยั้งคิด จงรีบถอนตัวออกมาให้เร็วที่สุด

ถาม *องค์กรส่วนใหญ่เมื่อเติบโตขึ้น มักจะให้ความสำคัญกับการเติบโตและขยายตัว เราจะหาทางป้องกันไม่ให้องค์กรธรรมะทำผิดพลาดเช่นนี้ได้อย่างไรครับ*

ท่านอาจารย์ สาเหตุของปัญหานั้นอยู่ที่ตัวคำถามแล้ว เมื่อใดที่องค์กรเหล่านี้มุ่งหวังการเติบโต ก็เท่ากับว่าพวกเขาได้เริ่มทำให้องค์กรเสื่อมถอยลง แทนที่จะมีเป้าหมายเพื่อสร้างประโยชน์ให้ผู้คนมากขึ้น อันเป็นเจตนารมณ์ที่บริสุทธิ์เปี่ยมไปด้วยธรรมะ และไม่มีทางจะทำให้องค์กรตกต่ำ

ถ้ามีเจตนารมณ์ที่เปี่ยมไปด้วยธรรมะว่า "ขอให้ผู้คนมากขึ้นๆ จงได้รับประโยชน์จากธรรมะ" ก็จะไม่มีความยึดมั่นถือมั่น แต่ถ้าท่านต้องการให้องค์กรเติบโต ก็แสดงว่ามีความยึดมั่นถือมั่น ซึ่งนั่นมีแต่จะทำให้ธรรมะมัวหมอง

ถาม *หลังจากที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้แล้ว ยังต้องปฏิบัติอีกหรือครับ*

ท่านอาจารย์ ยังจำเป็นต้องปฏิบัติต่อ แม้แต่ผู้ที่ได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ก็ใช่ว่าอยู่เหนือกฎธรรมชาติ ร่างกายยังต้องอยู่ภายใต้กฎธรรมชาติของความเสื่อมและความตาย รวมทั้งต้องการพละกำลังด้วย หลังจากที่พระพุทธองค์ทรงออกจากนิโรธสมาบัติแล้ว ก็พบว่าพระวรกายของพระองค์กระปรี้กระเปร่าขึ้น ทำให้สามารถบำเพ็ญพุทธกิจได้มากขึ้น

สำหรับผู้ที่ต้องตรากตรำตลอด 24 ชั่วโมง ได้เอนกายเพียง 2 - 2 ½ ชั่วโมงนั้น ร่างกายต้องทำงานหนักมาก จึงต้องการการพักผ่อน แม้จิตจะสงบ แต่การจะให้ร่างกายได้พักนั้น ต้องให้จิตลงลึกเข้าสู่นิโรธสมาบัติ และเมื่อออกมาจากสภาวะดังกล่าวแล้ว ร่างกายก็จะกลับกระชุ่มกระชวยขึ้น

ถาม *ในสมัยพุทธกาลจะเห็นได้ว่า การบรรลุธรรมของผู้ปฏิบัติที่เอาจริงเอาจังทั้งหลายนั้นไม่ใช่เรื่องที่จะมาปกปิดกัน แต่ในองค์กรของเรากลับไม่มีการพูดคุยถึงประเด็นนี้กันอย่างเปิดเผย ทำไมจึงไม่เอาเรื่องนี้มาจุดประกายให้กับผู้ปฏิบัติธรรมรุ่นใหม่ๆ ล่ะครับ*

ท่านอาจารย์ การบรรลุธรรมที่แท้จริงก็คือการบรรลุอรหัตตผล ท่านต้องบรรลุเป็นพระอรหันต์ก่อน ข้าพเจ้าจึงจะประกาศดังๆ ว่า "นี่แน่ะ ศิษย์ของข้าพเจ้าได้บรรลุเป็นพระอรหันต์แล้ว มาดูเร็ว" แต่ถ้าท่านยังไปไม่ถึงขั้นนั้น แล้วข้าพเจ้าจะประกาศอะไรล่ะ (หัวเราะ)

ตอนนี้สิ่งที่จะดึงดูดได้ดีที่สุดก็คือความเปลี่ยนแปลงในชีวิตของท่าน ถ้าหากท่านเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น ก็แสดงว่าท่านกำลังเจริญก้าวหน้าในธรรม เท่านี้ก็เพียงพอแล้ว

ถาม *ในประเทศอินเดียมีวิธีการปฏิบัติของศาสนาต่างๆ ขนบธรรมเนียมประเพณีทางสังคม และชนชั้นวรรณะอยู่มากมายหลากหลาย แล้ววิปัสสนาจะมีประโยชน์อย่างไร*

ท่านอาจารย์ วิปัสสนาเป็นหนทางเดียวที่จะช่วยได้ในสถานการณ์เช่นนี้ ท่ามกลางลัทธินิกาย ชุมชนต่างๆ ความเชื่อ กฎเกณฑ์ พิธีกรรมทั้งหลาย ยังมีสิ่งที่เป็นสากลอยู่ด้วย นั่นคือเป้าหมายในการชำระจิตให้บริสุทธิ์ จนถึงขั้นที่ท่านจะไม่ทำร้ายตนเองและผู้อื่น ตอนนี้ท่านอาจจะศรัทธาในความเชื่อใดความเชื่อหนึ่งหรือในศาสนาใดศาสนาหนึ่ง แต่ทุกคนสามารถยอมรับวิปัสสนาได้โดยง่ายดาย

ยกตัวอย่างเช่น มีพระและชีจำนวนมากในศาสนาคริสต์มาเข้าปฏิบัติ ซึ่งบางท่านบอกว่า "ท่านสอนศาสนาคริสต์ในนามของพระพุทธเจ้า" ทุกคนล้วนต้องการจะชำระจิตให้บริสุทธิ์ ก็เช่นเดียวกับที่ไม่ว่าคนๆ นั้นจะเป็นเชน ฮินดู หรืออะไรก็ตาม หากได้เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาแล้ว จะพบว่าวิธีการนี้เป็นสากล มีประโยชน์ต่อทุกผู้คน และไม่ถือเอาความแตกต่างนี้มาเป็นสาระสำคัญ ซึ่งนั่นก็จะช่วยหล่อหลอมให้ประเทศชาติและมนุษยชาติมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จึงเป็นการปฏิบัติที่สร้างสรรค์อย่างยิ่ง

ถาม *ท่านบอกว่าเราไม่ควรมาปฏิบัติเพื่อรักษาโรค แต่เราก็เห็นผู้คนที่เจ็บป่วยจำนวนมากได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติ เหตุใดท่านจึงไม่สนับสนุนเรื่องนี้ล่ะคะ*

ท่านอาจารย์ เราไม่ได้ขัดขวางผู้คนให้หายจากโรคภัย แต่ต้องเข้าใจเป้าหมายของการปฏิบัติวิปัสสนาให้ชัดเจนว่า คือการชำระจิตให้บริสุทธิ์ พ้นจากความเศร้าหมองทั้งหลาย

ถ้าท่านมาเพียงเพื่อจะรักษาโรคบางอย่างก็ถือเป็นจุดมุ่งหมายที่ผิด นั่นจะทำให้ท่านปฏิบัติได้ไม่ถูกต้อง เพราะตลอดเวลาท่านจะสนใจอยู่แต่กับความเจ็บป่วยของตนเอง หากท่านไม่ให้ความสนใจกับสิ่งที่ควรจะปฏิบัติ ท่านก็จะไม่ได้รับประโยชน์และไปไม่ถึงไหนเลย

เป้าหมายของการปฏิบัติคือการหลุดพ้นจากความเศร้าหมองทั้งหลายในชีวิตที่ทำให้เราเป็นทุกข์ จริงอยู่ที่เมื่อเราชำระจิตให้บริสุทธิ์แล้ว โรคที่มีมูลเหตุมาจากจิตจะหายไป แต่เราไม่ได้บอกว่าโรคทางกายจะหายไปด้วย แม้จะรักษาโรคบางอย่างได้จริง แต่เป้าหมายของการปฏิบัตินั้นอยู่ที่การชำระจิตให้บริสุทธิ์

ถาม *ระหว่างที่เข้าอบรมในหลักสูตร ผู้ที่เป็นนักบวชจะประกอบศาสนกิจประจำวันในศาสนาของตน เช่น สามายิกะ, ประติกรมณะ, สนธยา (การปฏิบัติภาวนาในศาสนาเชน) เป็นเวลาสั้นๆ ได้หรือไม่*

ท่านอาจารย์ นั่นจะทำให้เกิดอันตรายขึ้นได้ ขอให้เข้าใจว่าชื่อของวิธีการปฏิบัติต่างๆ เหล่านี้ ไม่ว่าจะเป็น *สามายิกะ, ประติกรมณะ,*

กาโยตสรคะ, *สนธยา* ล้วนแล้วแต่เป็นคำที่ใช้เรียกขานวิปัสสนาหรือธรรมะที่บริสุทธิ์ แต่ทุกวันนี้แก่นแท้ของมันกลับสูญหายไป เหลือเพียงเปลือกกระพี้ที่พวกเขากำลังปฏิบัติอยู่เท่านั้น

ยกตัวอย่างเช่น น้ำที่ต้นน้ำคงคานั้นบริสุทธิ์อย่างยิ่ง แต่เมื่อไหลลงมา กลับสกปรกมากขึ้น พอมาถึงทะเล ก็เน่าเสียจนไม่อาจดื่มกินหรือใช้ซักล้างได้ ตอนนี้สิ่งเดียวกันนี้ก็เกิดขึ้นกับธรรมะด้วย เริ่มต้นจากที่เคยสะอาดบริสุทธิ์ แต่เมื่อสืบทอดต่อๆ กันมา ก็ปลอมปนสิ่งต่างๆ เข้าไปจนเปรอะเปื้อนเสียหาย ฉะนั้น เราจะต้องรักษาธรรมะให้บริสุทธิ์ ผู้ที่ประกอบกิจดังกล่าวต้องเข้าใจว่าศาสนกิจเหล่านี้คืออะไร

คำว่า *สามายิกะ* มีความหมายตามตัวอักษรว่า การทำจิตให้เป็นอุเบกขา แล้วเขาทำอะไรเพื่อ *สามายิกะ* นี้บ้าง เขานั่งท่องมนต์ซ้ำไปซ้ำมา 48 นาที ในขณะที่ตอนนี้ท่านนั่งปฏิบัติอยู่ที่นี่หนึ่งชั่วโมง ซึ่งก็เท่ากับว่าท่านได้ทำ *สามายิกะ* มากกว่า หากจะเทียบกันในเรื่องของเวลา

แต่ในระหว่าง 48 นาทีนั้น เขาท่องมนต์โดยไม่เข้าใจว่าตนเองกำลังปฏิบัติอยู่ที่พื้นผิวของจิตหรือจิตสำนึก การหันเหจิตให้ไปจดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง อย่างเช่นการท่องมนต์ซ้ำๆ กัน ทำให้เรารู้สึกว่าจิตเป็นอุเบกขาแล้ว แต่มันเป็นจิตส่วนไหนกัน เป็นเพียงส่วนพื้นผิวเท่านั้น จิตทั้งหมดต้องเป็นอุเบกขา จึงจะเรียกว่า *สามายิกะ*

จิตทั้งหมดนั้นมีความปั่นป่วนอยู่ตลอดเวลา แม้ในส่วนที่อยู่พื้นผิวจะดูสงบ แต่ลึกลงไปก็มีความปั่นป่วนของโลภะและโทสะอยู่ วิปัสสนาจะช่วยให้ท่านลงไปถึงระดับลึกของจิตนับตั้งแต่เริ่มแรก และทำให้จิตส่วนที่ลึกที่สุดเป็นอุเบกขา ถ้าเราเข้าใจว่าวิปัสสนาคือ *สามายิกะ* แล้ว ก็จะไม่เป็นปัญหา การยึดติดกับรูปแบบพิธีกรรม มนต์คาถาต่างๆ ก็เหมือนกับการทำให้น้ำในแม่น้ำคงคาสกปรกเน่าเสีย

อีกคำหนึ่งคือ *กาโยตสรคะ* ซึ่งหมายถึงการละวางความยึดมั่นถือมั่นต่อร่างกาย แล้วตอนนี้ท่านกำลังทำอะไรอยู่ ท่านนั่งลงและเริ่มท่องมนต์อีก ในระดับจิตสำนึก ท่านท่องมนต์นี้ แล้วรู้สึกว่าตัวเองกำลังทำ *กาโยตสรคะ* อยู่ ขณะที่วิปัสสนาจะช่วยให้ท่านก้าวไปถึงขั้นที่ไม่มีความยึดมั่นใดๆ แม้กระทั่งกับอนุภาคที่เล็กที่สุดของร่างกาย จึงเห็นได้ชัดว่าวิปัสสนาก็คือ *กาโยตสรคะ* นั่นเอง

เช่นเดียวกับคำว่า *ประติกรมณะ* ซึ่งหมายถึงการทบทวน ตอนนี้ท่านนั่งลงแล้วระลึกได้ว่า "วันนี้ฉันได้ก่อกรรมทำเข็ญทางกาย วาจา ใจลงไป แย่จริงๆ ต่อไปฉันจะไม่ทำอีก" นี่เป็นสิ่งที่ดี แต่มันเกิดขึ้นที่จิตส่วนใด ก็แค่ในระดับพื้นผิวของจิตอีกเช่นกัน

ลึกลงไปในระดับของจิตไร้สำนึก ท่านยังคงทำผิดเช่นเดิม ทั้งๆ ที่ต้องการจะปรับปรุงตัวเสียใหม่ นั่นเป็นเพราะรากเหง้าของโลภะและโทสะยังคงอยู่ ถ้าหากท่านไม่สามารถขจัดมันออกไปได้ การชำระจิตทั้งหมดในระดับพื้นผิว ก็ไม่ใช่ *ประติกรมณะ* ที่แท้จริง ซึ่งหมายถึงการกลับคืนสู่สภาวะเดิมแท้อันบริสุทธิ์

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงกล่าวว่า จิตนั้นมีธรรมชาติที่บริสุทธิ์ หากไม่ไปเกลือกกลั้วกับกิเลส มันก็จะบริสุทธิ์ ถ้าจิตอยู่ในสภาวะที่เป็นธรรมชาติ บริสุทธิ์ เมื่อใดที่มีความรู้สึกไม่พอใจเกิดขึ้น จนทำให้ตอบสนองออกไปผิดๆ ด้วยความขุ่นเคืองแล้ว มันก็จะออกไปจากขอบเขตของตัวมันเองที่เรียกว่า *อติกรมณะ* หากท่านระลึกได้ว่า "จิตออกนอกขอบเขตไปแล้ว ต้องดึงกลับเข้ามาในขอบเขตที่ปลอดจากโทสะ จิตหลงไปกับโลภะแล้ว ต้องดึงกลับเข้ามาในขอบเขตที่ปลอดจากโลภะ" นั่นจึงจะเป็น *ประติกรมณะ* ซึ่งก็คือสิ่งที่ท่านทำในขณะปฏิบัติวิปัสสนา แต่ถ้าเราสนับสนุนว่า "ไม่เป็นไร ทำต่อไปได้ เพราะท่านให้คำสัตย์สาบานไว้" นั่นก็เท่ากับเรากำลังทำร้ายท่าน

อีกคำคือ *สนธยา* แปลตามตัวอักษรได้ว่า วันคืนบรรจบกัน แต่ความหมายที่ลึกซึ้งกว่านั้นคือ *สัมยัก-ธยาน* หรือการบำเพ็ญเพียรอย่างถูกต้อง กล่าวคือ จิตทั้งหมดต้องตั้งมั่นอยู่ในความบริสุทธิ์ แล้วตอนนี้ท่านกำลังทำอะไรอยู่ ท่านท่องมนต์ในรูปของ *สนธยา* ไม่กี่นาทีก็เป็นอันเสร็จสิ้น ขณะที่วิปัสสนาช่วยให้ท่านได้ปฏิบัติ *สัมยัก-ธยาน* หรือ *สนธยา* ที่แท้จริง ผู้ที่ประกอบกิจเหล่านี้จะต้องเข้าใจว่า "ภายใน 10 วันนี้ ขอให้ท่านปฏิบัติแต่วิธีการนี้โดยไม่มีอคติ ถ้าท่านยังคงปฏิบัติตามวิธีการของท่านอยู่ ท่านก็จะไม่เข้าใจสิ่งที่สอนที่นี่เลย"

ข้าพเจ้าเคยพบเห็นผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาไปพร้อมๆ กับประกอบพิธีตามความเชื่อของตน จนเมื่อเขาได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติวิปัสสนา ก็คิดว่า "ประโยชน์นี้เกิดจากพิธีกรรมในศาสนาของฉัน ฉันประกอบกิจได้ดีเยี่ยม" พวกเขาไม่เข้าใจว่าผลทั้งหมดนั้นเกิดจากวิปัสสนา พิธีกรรมหรือการอดอาหารไม่มีความหมายใดๆ เลย ต่อเมื่อท่านได้หยุดเรื่องของพิธีกรรมเอาไว้ แล้วมาลองปฏิบัติวิปัสสนาดู ท่านก็จะสามารถรับรู้ถึงคุณค่าที่แท้จริงของธรรมะ

แล้วถ้ามีปัญหาว่า ในระหว่างการเข้าอบรมมีผู้ปฏิบัติแอบประกอบศาสนกิจของตนล่ะ ถ้าเขาเอาแต่ประกอบศาสนกิจของเขาจนกลับออกไปแล้ว เราจะทำอะไรได้ ถึงแม้เราจะรู้ทีหลัง ก็ไม่อาจตามไปจ้ำจี้จ้ำไชเขา เขาจะไม่ได้รับประโยชน์อย่างเต็มที่จากการปฏิบัติวิปัสสนาเลย

แต่ถ้ามีคนรู้ว่า ผู้ปฏิบัติคนใดคนหนึ่งยัง

คงประกอบพิธีเหล่านี้อยู่ในระหว่างการเข้าอบรมแล้วล่ะก็ ขอให้บอกเขาไปด้วยความเมตตาว่า "นี่จะเป็นอันตราย คุณต้องหยุด คุณให้สัญญาแล้วว่าจะไม่เอาวิธีการอื่นมาปะปนกับวิปัสสนา อย่างน้อยก็ในช่วงสิบวันนี้ ทำไม่ได้นะครับ" และถ้าเตือนหลายครั้งแล้ว เขาไม่ฟัง ก็ต้องขอให้เขาออกจากศูนย์ไป ท่านต้องเข้มงวดมากๆ ด้วยความเมตตา ท่านเข้มงวดก็เพื่อช่วยเหลือผู้อื่น ไม่ใช่เพื่อสนองตัวเอง ขอให้เข้มงวดด้วยความเมตตาอย่างที่สุด

ถาม *หลังจากจบการอบรมแล้ว เขาจะปฏิบัติวิปัสสนาไปพร้อมๆ กับการประกอบพิธีกรรมได้ไหมครับ*

ท่านอาจารย์ ถ้าเขาเริ่มเข้าใจว่า "พิธีกรรมเหล่านี้เป็นเพียงเปลือกนอกที่ว่างเปล่า ในขณะที่วิปัสสนาเป็นแก่นแท้ แต่ฉันก็ยังไม่อาจละทิ้งเปลือกกระพี้นี้ได้" แล้ว อย่างน้อยเขาก็ควรจะแยกการปฏิบัติทั้งสองออกจากกัน ให้ประกอบพิธีกรรมก่อน แล้วเว้นช่วงไปสักพัก จึงค่อยปฏิบัติวิปัสสนา ทำอย่างนี้ได้ถึงแม้จะไม่ดีนัก แต่เมื่อเขาปฏิบัติต่อไปๆ ก็ต้องละเลิกพิธีกรรมเหล่านี้ เพราะไปกันไม่ได้กับวิปัสสนา

ถาม *อะไรที่จะเป็นมาตรวัดของโสดาบันครับ เราจะรู้ได้อย่างไรว่าคนๆ นั้นได้บรรลุธรรมขั้นนี้แล้ว*

ท่านอาจารย์ มีมาตรวัดเฉพาะอยู่บางประการ ที่สำคัญที่สุดคือ คนๆ นั้นจะต้องได้ประสบกับสภาวะนิพพาน ซึ่งอาจเกิดขึ้นเพียงชั่วเวลาไม่กี่นาที

แล้วจะตรวจสอบอย่างไรว่าคนๆ นั้นได้ประสบกับสภาวะนิพพานจริงหรือเปล่า มีคำแนะนำที่เปิดเผยเฉพาะสำหรับผู้ที่ได้รับแต่งตั้งให้เป็นอาจารย์ รวมทั้งประสบการณ์ในการตรวจสอบว่าคนๆ นั้นกำลังอยู่ในสภาวะนิพพานหรือเปล่า ผู้ปฏิบัติบางคนอาจรู้สึกถึงความสงบอย่างยิ่งจนคิดว่า "นั่นคือสภาวะนิพพาน" แต่อาจารย์ไม่ได้อยู่ที่นั่นในขณะนั้น หรือไม่ก็ไม่มีประสบการณ์พอที่จะตรวจสอบได้ว่านั่นคือสภาวะนิพพานจริงๆ หรือเปล่า

ถ้าคนๆ นั้นได้ประสบกับสภาวะนิพพานจริงๆ แล้ว ก็จะต้องมีวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป ต้องเป็นคนดีขึ้นกว่าเดิม บางสิ่งบางอย่างจะหมดไปจากใจ ซึ่งหนึ่งในนั้นคือวิจิกิจฉา หรือความลังเลสงสัย ตราบใดที่เขายังเข้าไม่ถึงเส้นทางนี้ ก็ย่อมจะมีข้อสงสัยบางอย่างว่า "ฉันมาถูกทางแล้วหรือ อาจมีอะไรผิดก็ได้" แต่ถ้าท่านได้เข้าถึงเส้นทางนี้ ปฏิบัติมาจนถึงขั้นที่ข้ามพ้นไปจากปรากฏการณ์ของรูปนาม ได้ประสบกับสภาวะนิพพาน ซึ่งแม้จะเป็นเวลาเพียงชั่วขณะแล้ว ท่านจะยังมีข้อสงสัยอะไรได้อีก นี่เป็นมาตรวัดหนึ่งที่จะชี้บอกว่าคนๆ นั้นได้บรรลุโสดาบันหรือไม่

มาตรวัดอีกอย่างคือ ในช่วงแรกๆ เรามัก

จะปฏิบัติอย่างสุดโต่งด้วยความคิดที่ว่า "การทำอะไรอย่างสุดโต่งนี้จะช่วยให้ฉันหลุดพ้นได้" แต่ความหลงเช่นนี้จะหมดไปทันที เพราะเขาได้เดินตามทางสายกลางจนบรรลุถึงจุดหมาย โดยตระหนักว่า "ความสุดโต่งนั้นไม่มีประโยชน์ จริงๆ แล้วกลับจะเป็นอุปสรรคต่อความก้าวหน้าเสียด้วยซ้ำ" เขาจะไม่ทำอะไรสุดโต่งเช่นนี้ แต่จะเดินตามทางสายกลางมากขึ้นเรื่อยๆ นี่คือมาตรวัด 2-3 ประการที่จะปรากฏให้เห็น

ถาม *เหตุใดการผสมผสานวิธีการปฏิบัติต่างๆ เข้าด้วยกัน จึงเป็นอันตรายล่ะคะ*

ท่านอาจารย์ พิธีกรรม ประเพณีนิยม การบูชาต่างๆ ล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งที่บิดเบือนไปจากธรรมะอันบริสุทธิ์ ถ้าหากผู้คนยังคงเอาสิ่งนี้มาปะปนกับวิปัสสนาอันบริสุทธิ์แล้ว มันก็จะเข้าครอบงำจิตใจของพวกเขาอีกว่า "พิธีกรรมมีความสำคัญกว่า ฉันเป็นเชน ฮินดู พุทธ ฉะนั้น จึงต้องทำพิธีเหล่านี้" แล้วพวกเขาก็จะไม่ได้รับประโยชน์ที่แท้จริงจากธรรมะเลย

อีกเหตุผลหนึ่งคือ ช่วงเวลาระหว่างพระพุทธเจ้าพระองค์หนึ่งกับอีกพระองค์หนึ่งนั้นห่างไกลกันมาก ซึ่งในช่วงเวลาที่ยาวนานนี้เอง วิปัสสนาจะสูญสิ้นไป แม้คำสอนจะยังคงอยู่ แต่ความหมายที่แท้จริงก็สูญสิ้นไป และถ้าหากไม่มีการปฏิบัติเสียแล้ว ธรรมะที่บริสุทธิ์ของพระพุทธเจ้าก็จะค่อยๆ กลับกลายเป็นลัทธินิกายไป

สำหรับผู้ที่เป็นเจ้าลัทธินิกาย ย่อมถือเอาจำนวนของผู้เลื่อมใสศรัทธาเป็นสำคัญ เป้าหมายจึงอยู่ที่การเพิ่มจำนวนผู้คน ส่วนที่ว่าผู้คนเหล่านั้นจะได้รับประโยชน์ที่แท้จริงหรือไม่นั้น ไม่ใช่เรื่องสำคัญ ถ้ามีผู้ถามถึงวิธีการปฏิบัติ เขาก็จะอธิบายไปตามความคิดของตัวเอง และสอนโดยไม่เข้าใจความหมายที่แท้จริง แต่มุ่งหวังให้ผู้คนพอใจในลัทธินิกายของตน ซึ่งตอนนี้ก็เริ่มมีเรื่องเช่นนี้เกิดขึ้นแล้ว และผู้คนก็ชอบใจกันมาก "นี่เป็นคำสอนจากอาจารย์ที่วิเศษของเรา ซึ่งสามารถติดต่อกับผู้รู้แจ้งได้ ฉะนั้น สิ่งที่ท่านพูดย่อมถูกต้องอย่างแน่นอน"

ธรรมะเริ่มแปดเปื้อน เพราะผู้ที่ไม่รู้เรื่องการชำระจิตในระดับลึกเหล่านี้ จะเริ่มนำเอาวิธีการจากที่ต่างๆ มาผสมผสานกัน และเมื่อนำมาปะปนกับวิปัสสนา ก็จะทำให้วิปัสสนาแปดเปื้อนไปด้วย ซึ่งนั่นจะทำให้ผลของธรรมะที่บริสุทธิ์ต้องเสื่อมไป

แล้วอะไรที่ผสมเข้ามา ถ้าผู้ปฏิบัติอยากให้จิตสงบ เขาก็จะสอนว่า "เธอควรจะท่องคำๆ นี้" ซึ่งคำที่ให้ท่องก็คือชื่อของเจ้าลัทธิ "เพราะเขาคือผู้ที่รู้แจ้งแล้ว" ฉะนั้น ทุกๆ ลัทธินิกายก็จะให้ท่องชื่อใดชื่อหนึ่ง แล้วผู้ปฏิบัติก็จะสงบลงเพราะได้ท่องคำๆ นี้ จนพากันคิดว่า "วิธีการปฏิบัตินี้วิเศษจริงๆ ทำให้พบกับความสงบเหลือเกิน" แต่พวกเขากลับ

สูญเสียแก่นแท้ของธรรมะไป

แล้วธรรมะคืออะไร ธรรมะมีจุดมุ่งหมายให้เราหลุดพ้นจากวัฏฏะของการเวียนว่ายตายเกิด ทุกครั้งที่ท่านสร้างสังขารด้วยการปรุงแต่งตอบโต้ต่อเวทนาที่น่าพอใจหรือไม่น่าพอใจ เท่ากับท่านได้กำลังผลักดันวัฏฏะนี้ให้ดำเนินต่อไป ถ้าท่านปฏิบัติอยู่เพียงแค่ในระดับพื้นผิว ไม่เจาะลึกลงไปถึงรากเหง้าของโลภะและโทสะแล้ว กระบวนการสั่งสมของความทุกข์ โลภะ และโทสะ ก็ย่อมจะเพิ่มพูนขึ้นเรื่อยๆ การที่ท่านท่องคำซ้ำๆ กันนั้น เป็นการปฏิบัติเพียงแค่ในระดับพื้นผิวของจิต โดยส่วนที่อยู่ลึกลงไปยังคงเหมือนเดิม

จะเกิดอะไรขึ้น ถ้าหากท่านเอาสิ่งนี้มาผสมกับวิปัสสนา คำทุกคำล้วนมีกระแสสั่นสะเทือนอยู่ในตัวของมันเอง เมื่อท่านท่องคำๆ นี้ซ้ำไปมา ร่างกายทั้งหมดจะถูกห่อหุ้มไปด้วยกระแสสั่นสะเทือนที่ท่านสร้างขึ้น ซึ่งถึงแม้จะเป็นเรื่องดีในระดับพื้นผิว เพราะเป็นเสมือนเกราะป้องกันไม่ให้กระแสที่ไม่ดีเข้ามารบกวน แต่ท่านก็ไม่ได้ปฏิบัติอยู่กับกระแสสั่นสะเทือนที่แท้จริงของตนเอง

การปฏิบัติวิปัสสนาเป็นการเปลี่ยนแปลงความเคยชินจากในระดับลึกที่สุดของจิต ขณะที่การท่องคำซ้ำๆ กันนั้นไม่ได้ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงนิสัยเก่าๆ เลย เพราะท่านไม่รู้ว่ามีกระแสสั่นสะเทือนเช่นไร เมื่อมีบางอย่างที่น่าพอใจหรือไม่น่าพอใจเกิดขึ้น ท่านไม่รู้ว่าตัวเองมีปฏิกิริยาตอบสนองเช่นไรต่อกระแสสั่นสะเทือนตามธรรมชาติที่เกิดขึ้นในส่วนลึกของกายและจิต ท่านเพียงแต่สร้างเกราะป้องกันที่ดี อันเป็นกระแสสั่นสะเทือนแบบหลอกๆ ขึ้นมา ซึ่งจะกลายเป็นอุปสรรคให้กับตัวเองมากกว่า

การปนเปื้อนมาในรูปไหนอีก ท่านอาจจะนั่งจินตนาการถึงบางสิ่งบางอย่างจนจิตจดจ่ออยู่กับภาพนั้น แต่ท่านจะเฝ้าสังเกตโลภะและโทสะที่เกิดขึ้นในส่วนลึกที่สุดของจิตได้อย่างไร ในเมื่อท่านหันเหจิตสำนึกไปจดจ่ออยู่กับสิ่งที่จินตนาการขึ้นจนลืมจิตไร้สำนึกไปสิ้น

ปัญหาอีกอย่างคือ การปฏิบัติวิปัสสนาเป็นการสำรวจความจริงภายในตัวของท่านเองด้วยการแยกแยะย่อยสลายปรากฏการณ์ของรูปนามทั้งหมด อันจะทำให้ท่านเข้าถึงสภาวะที่อยู่เหนือรูปนาม แต่ตอนนี้ท่านกลับสร้างภาพมายาเป็นรูปที่คิดจินตนาการประกอบกันขึ้นมา โดยที่ท่านไม่ได้แยกแยะย่อยสลายมันเลย แล้วท่านจะหลุดพ้นจากอวิชชาได้อย่างไรกัน ความเป็นจริงที่หลอมรวมประกอบกันขึ้นมานี้ก็คือ อวิชชาหรือความไม่รู้ ซึ่งทำให้ท่านรู้สึกว่านี่คือ "ฉัน ของฉัน" ต่อเมื่อมันได้ถูกแยกแยะย่อยสลายลงแล้วเท่านั้น ท่านจึงจะเข้าใจว่าทั้งหมดนี้เป็นเพียงอนุปรมาณู คลื่น หรือกระแสสั่นสะเทือน ถึงขั้นนั้นท่านก็จะพบว่า โครงสร้างของกาย

และจิตทั้งหมดล้วนหาสาระไม่ได้

ฉะนั้น ผู้ที่มีความเข้าใจธรรมะอย่างถูกต้อง จึงต้องระมัดระวังไม่เพิ่มเติมสิ่งใดเข้าไป เพียงเพื่อจะเอาใจผู้ปฏิบัติในลัทธิความเชื่อต่างๆ

ธรรมะนั้นมีความสมบูรณ์ยิ่งอยู่แล้ว ไม่จำเป็นต้องเพิ่มเติมอะไรเข้าไปอีก *เกวลัง ปริปุณณัง* และ *ปริสุทธัง* ไม่จำเป็นต้องตัดทอนสิ่งใดออกไปเช่นกัน ขอให้รักษาความเป็น *ปริปุณณัง* และ *ปริสุทธัง* นี้ไว้ แล้วท่านจะได้รับประโยชน์อย่างแท้จริง ❖



คำกล่าวปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

4 มีนาคม 2532

ธรรมะจะแผ่ขยายออกไปได้อย่างไร

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งหลาย

บัดนี้เป็นเวลาเกือบจะยี่สิบปีแล้ว นับตั้งแต่ที่ข้าพเจ้าได้รับมอบหมายภารกิจอันยิ่งใหญ่จากท่านอาจารย์อูบาขิ่น บิดาทางธรรมของข้าพเจ้า พอได้คิดทบทวนถึงหน้าที่ของการเป็นธรรมทูตนี้แล้ว ก็น่าพิศวงที่ได้เห็นธรรมะเจริญงอกงาม เมื่อยี่สิบปีก่อน การปฏิบัติในแนวทางนี้ถือเป็นเรื่องใหม่สำหรับอินเดีย และอาจารย์ผู้สอนก็ยังไม่เป็นที่รู้จัก แต่ถึงกระนั้นก็ได้มีผู้คนนับพันเริ่มมาเข้ารับการอบรมในแนวทางนี้

แต่ที่น่ามหัศจรรย์ยิ่งกว่าก็คือ การรับใช้ธรรมะของธรรมบริกร ที่ได้ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้เข้ารับการอบรมโดยไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อย ในสถานที่ปฏิบัติชั่วคราวที่ไม่มีความพร้อมในด้านต่างๆ ธรรมบริกรต้องพบกับความไม่สะดวกสบายหลายอย่าง แต่พวกเขาก็ยังคงช่วยงานอย่างไม่เห็นแก่ตัวด้วยความรักความเมตตา

ตอนที่เริ่มมีการก่อสร้างศูนย์ฯ ดูเหมือนว่าสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ จะช่วยให้การจัดการง่ายขึ้น แต่กระนั้นก็ยังมีปัญหาเกิดขึ้น เพียงแต่ว่าในลักษณะที่ต่างออกไปเท่านั้น มีสิ่งปลูกสร้างใหม่ๆ เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ทั้งยังต้องบำรุงรักษาและซ่อมแซมสิ่งที่สร้างขึ้นด้วย

ไม่ว่าจะเป็นธรรมบริกรหรือผู้ช่วยอาจารย์ ล้วนแล้วแต่เป็นผู้ครองเรือนที่มีภาระรับผิดชอบต่อครอบครัวและอาชีพการงาน แต่ก็ยังสละเวลาให้มากมาย ทั้งต้องอดทนกับความไม่สะดวกสบายสารพัด ซึ่งนับเป็นเรื่องที่เหลือเชื่อ ! ไม่มีใครคิดถึงเงินทอง พวกเขาจะคอยเตือนตัวเองว่า ความเคารพที่ได้รับนั้น แท้จริงแล้วเป็นความเคารพที่ผู้คนมอบให้แก่ธรรมะ พวกเขาเป็นเพียงตัวแทนของธรรมะเท่านั้น

แม้จะต้องเผชิญกับความไม่สบายต่างๆ แต่พวกเขาก็ยังคงยินดี “ดูสิ มีผู้คนมากมายกำลังได้รับธรรมะ !” นอกจากความยินดีนี้แล้ว พวกเขาจะได้รับอะไรอีกเล่า อาจารย์ของเขาได้สืบทอดกฎระเบียบอันเข้มงวดมาจากบิดาทางธรรมของท่าน และบางครั้งท่านก็ใช้

คำพูดแรงๆ ธรรมบริกรที่รับใช้ธรรมะโดยปราศจากอัตตา กลับได้รับคำตำหนิว่า "เธอทำอย่างนี้หรือ ใช้ไม่ได้เลย ! ทำไมเธอถึงได้ทำอย่างนั้น" นี่คือสิ่งที่พวกเขาได้รับจากบิดาทางธรรมและคนอื่นๆ โดยไม่มีแม้แต่คำขอบคุณ

เป็นการง่ายที่ใครสักคนจะพูดขึ้นว่า "เลิกซะดีกว่า ให้อาจารย์มาทำเองก็แล้วกัน เรื่องอะไรฉันถึงจะต้องมาเสียเวลาอยู่ที่นี่กับพวกที่ไม่รู้จักบุญคุณคน" แต่พวกเขาก็หาได้พูดเช่นนั้นไม่ เขายังคงรับใช้ต่อไป ทั้งๆ ที่ถูกตำหนิติเตียน

นั่นเป็นเพราะมีเหตุผลที่ดีแฝงอยู่ เราไม่รู้หรอกว่าเราได้เคยสร้างบุญกุศลร่วมกันมากี่ชาติต่อกี่ชาติแล้ว และผลบุญดังกล่าวได้ชักนำให้เรามาพบเจอกันในชาติต่อๆ มา เพื่อจะได้สร้างบุญกุศลร่วมกันอีก หรือไม่ในชาติก่อนๆ เราก็คงได้เคยปฏิบัติร่วมกันมา ทำให้ในชาตินี้เราได้มีโอกาสมาปฏิบัติด้วยกันอีก

ฉะนั้น จึงไม่ใช่เพียงแค่ว่าเรามาเข้ารับการอบรมหลักสูตร 10 วัน แล้วซาบซึ้งในธรรมะอย่างมาก จนเกิดความรู้สึกอยากจะรับใช้ธรรมะขึ้นมา ไม่ใช่เลย ! แน่นอน นั่นอาจเป็นเหตุผลในชั่วขณะนั้น แต่เหตุผลที่มากกว่านั้นคือ เราได้เคยรับใช้ธรรมะร่วมกันมาในชาติก่อนๆ การได้ลิ้มรสธรรมะมาไม่ทางใดก็ทางหนึ่งในอดีต ทำให้เรามีความรู้สึกว่า "ขอให้ผู้คนมากขึ้นๆ จงได้เข้ามาสัมผัสกับธรรมะและหลุดพ้นจากความทุกข์"

ในชาติก่อนๆ เรามีความเข้าใจว่า *สัพพะทานัง ธัมมะทานัง ชินาติ* การให้ธรรมะเป็นทานที่ประเสริฐที่สุด ซึ่งเรื่องนี้ย่อมแจ่มชัดขึ้นทุกครั้งที่เรารับใช้ธรรมะ การที่เราทำงานหนักแล้วบริจาคเงินทองมากมาย เพื่อสร้างสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ให้แก่ผู้ปฏิบัตินั้น เป็นสิ่งที่ดีงาม เพราะเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น ซึ่งเราก็ไม่ควรจะหยุดทำ แต่นั่นก็ยังไม่อาจเทียบได้กับการให้ธรรมทาน

ในชีวิตของคนเรานั้นมีความผันผวนเกิดขึ้นเป็นธรรมดา หากสามารถยิ้มรับกับมันได้ ก็ถือว่าเราได้รับของขวัญอันล้ำค่า ของขวัญแห่งธรรมะนี้มิได้มาจากอาจารย์หรือผู้ช่วยอาจารย์เท่านั้น ยังมาจากธรรมบริกรทั้งหลายด้วย

แม้การทำงานตลอดยี่สิบปีที่ผ่านมาจะได้ผลเป็นที่น่าพอใจ แต่ก็ยังมีงานอีกมากที่ต้องทำ ธรรมะย่อมอุบัติขึ้นในช่วงเวลาที่มีความทุกข์อันใหญ่หลวง เมื่อความมืดมิดปกคลุมไปทั่ว เราย่อมต้องการแสงสว่าง ต้องการธรรมะ

ข้าพเจ้ามองเห็นความสว่างไสวของอนาคต ไม่ใช่แค่จากกลุ่มคนที่ทำงานอย่างไม่เห็นแก่ตัวในปัจจุบันนี้เท่านั้น คนรุ่นหลังที่ได้สั่งสมบารมีมาแต่อดีตชาติ ก็จะเข้ามาสืบสานงาน

นี้ด้วย แล้วธรรมจักรก็จะยังคงหมุนต่อไปได้

อย่างไรก็ตามอันตรายย่อมบังเกิดขึ้น ถ้ามีผู้แสวงหาประโยชน์จากธรรมะ เพราะมันจะเป็นธรรมะได้อย่างไรกัน หากเราคาดหวังสิ่งตอบแทน และถ้าคนที่หลงมัวเมาไปรับใช้ผู้ที่กระหายในตำแหน่งอำนาจหรือสถานภาพ ก็ย่อมก่อให้เกิดความเสียหายขึ้นได้ ธรรมะจะไม่ใช่ธรรมะ เนื่องจากได้สูญเสียความบริสุทธิ์ไป อันตรายอีกประการหนึ่งคือ การเพิ่มเติมบางสิ่งบางอย่างเข้าไปในธรรมะ เพื่อเอาใจคนบางกลุ่มหรือบางลัทธิ เมื่อใดที่มีผู้เริ่มทำเช่นนี้ ก็จะเป็นสัญญาณที่บ่งถึงหายนะอันใหญ่หลวงต่อการหมุนไปของธรรมจักร เราต้องไม่เพิ่มเติมหรือลดทอนสิ่งใดเลย ธรรมะนั้นบริสุทธิ์และบริบูรณ์อย่างที่สุดแล้ว *เกวลัง ปริปุณณัง เกวลัง ปริสุทธัง*

ผู้ที่รับใช้ธรรมะควรระลึกว่า ธรรมะมิได้แผ่ขยายไปเพราะพวกเขา แต่เป็นเพราะถึงเวลาของธรรมะที่จะต้องเผยแผ่ไปต่างหาก พวกเขาเป็นแค่สื่อกลางเท่านั้น และก็ควรจะรู้สึกยินดีในหน้าที่ดังกล่าว เพราะนับเป็นการสะสมบารมีและปัญญาที่ดียิ่ง ไปพร้อมๆ กับพัฒนาการปฏิบัติของตนเอง นี่ไม่ใช่อานิสงส์ธรรมดาๆ

ผู้คนจำนวนมากที่ตกอยู่ในห้วงทุกข์ คือผู้ที่ได้เคยสั่งสมสังขารอันเป็นอกุศลเอาไว้ในอดีตชาติ แต่ก็ยังมีผู้คนอีกไม่น้อยเช่นกันที่ได้สั่งสมสังขารอันเป็นกุศลเอาไว้ด้วย และบัดนี้ก็ถึงเวลาที่สังขารอันเป็นกุศลดังกล่าวจะให้ผลเป็นธรรมะแล้ว ไม่ว่าจะเป็นข้าพเจ้าหรือพวกท่านที่มอบธรรมะให้แก่คนเหล่านั้น เขาก็ย่อมได้รับธรรมะนั้นจากกรรมดีของเขาเองที่เขาได้สั่งสมมาในอดีตชาติ เราเป็นเพียงสื่อกลางเท่านั้น

ข้าพเจ้าชอบเล่าเรื่องลูกสุนัขที่เดินอยู่ใต้ท้องเกวียน โดยคิดว่า “ฉันกำลังแบกสัมภาระทั้งหมดบนเกวียนนี้ ! แล้วเจ้านายกลับไปให้ความสำคัญกับเจ้าวัวสองตัวที่แค่เทียมแอกเท่านั้น ทั้งที่ฉันสิต้องแบกน้ำหนักเกวียนทั้งหมดนั่น” เจ้าลูกสุนัขที่น่าสงสาร

ผู้ที่เข้ามารับใช้ธรรมะทั้งหลายไม่ควรจะมีความคิดเหมือนกับลูกสุนัขตัวนี้ ควรคิดว่า “ธรรมะต่างหากที่ทำงาน ธรรมะทำให้ฉันได้มีที่พึ่งอันแสนวิเศษ ดีจริงๆ ที่ได้อยู่ใต้ร่มเงาของธรรมะ”

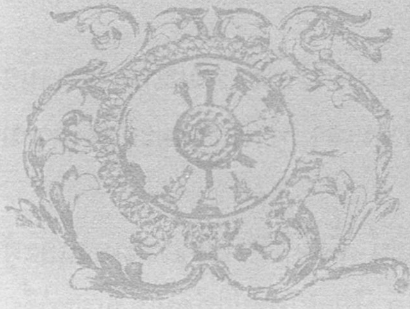
ขอให้จดจำโคลงสองบทของท่านกาบีร์ นักบุญผู้มีชื่อเสียงของประเทศนี้ที่ว่า “ข้ามาที่นี่เพื่อเชื้อเชิญพวกเจ้า แต่ในมือของข้ามีขวานอยู่ด้ามหนึ่ง สำหรับผู้ที่พร้อมจะตัดศีรษะตนเองทิ้งเท่านั้นที่สามารถร่วมทางไปกับข้าได้” สิ่งแรกที่ต้องทำคือ ตัดศีรษะของท่านทิ้งขจัดอัตตาทั้งหมดเสีย แล้วจึงก้าวเข้ามา เพราะนั่นจะเป็นผลดีต่อตัวท่านเองและผู้ปฏิบัติ

ธรรมอื่นๆ ข้าพเจ้ามั่นใจว่าผู้ที่ยอมตัดศีรษะตนเองทิ้ง ผู้ที่ไม่ได้รับใช้ธรรมะเพื่ออัตตานั้น ใช่จะมีเพียงแค่ในปัจจุบันนี้เท่านั้น หากจะมีสืบต่อไปรุ่นแล้วรุ่นเล่า ทำให้ธรรมะยังคงความบริสุทธิ์ต่อไปได้

ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะมีผู้คนจำนวนมากที่ได้รับประโยชน์ ทั้งผู้ที่รับใช้ธรรมะเองและผู้ที่มาเข้าปฏิบัติ ธรรมะย่อมให้ผลทั้งสองทาง คือเป็นสิ่งที่ดี มีประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น

ขอให้ธรรมะจงเจริญงอกงาม จงตั้งมั่นอยู่ในธรรมะด้วยการเจริญในธรรม จงอยู่ภายใต้ร่มเงาของธรรมะ ขอให้ธรรมะจงเผยแผ่ออกไป เพื่อผู้คนมากขึ้นๆ ที่อยู่ในห้วงทุกข์บนโลกนี้จะได้พึ่งพิงร่มเงาแห่งธรรมะ และหลุดพ้นจากความทุกข์ ขอให้ธรรมะจงแผ่ขยายไปเพื่อประโยชน์สุข เพื่อความหลุดพ้นของผู้คนจำนวนมาก ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



ที่บ้านธรรมะ แคลิฟอร์เนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา
26 สิงหาคม 2532

แก่นของธรรมะ

สมาชิกครอบครัวธรรมะที่รักทั้งหลาย

พวกท่านล้วนเป็นศิษย์เก่าที่ปรารถนาจะตั้งมั่นอยู่ในวิปัสสนา เจริญก้าวหน้าไปบนเส้นทางนี้ และได้รับผลอันล้ำเลิศจากธรรมะ การที่จะก้าวหน้าไปบนเส้นทางธรรมได้นั้น สิ่งที่สำคัญยิ่งคือ ท่านต้องปฏิบัติ ซึ่งในการปฏิบัติ ท่านก็ต้องมีความเข้าใจในธรรมะด้วย

ถ้าท่านไม่ลงมือปฏิบัติ เพียงแค่ยึดถือธรรมะเป็นคัมภีร์ ความเชื่อ หรือลัทธินิกาย ธรรมะก็ย่อมจะไม่ใช่ธรรมะสำหรับท่านอีกต่อไป แต่ถ้าท่านเข้าใจถึงธรรมชาติที่แท้จริงอันเป็นแก่นแท้ของธรรมะแล้ว เปลือกนอกก็จะไม่มีความสำคัญอะไรเลย

การจะเข้าใจในธรรมะได้นั้น ท่านต้องเข้าใจว่าศีลคืออะไร ทำไมเราจึงต้องรักษาศีล สัมมาสมาธิคืออะไร ทำไมเราจึงต้องบำเพ็ญสัมมาสมาธิ และปัญญาที่แท้จริงนั้นคืออะไร ทำไมเราจึงต้องพัฒนาปัญญา

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทำให้ผู้คนทั้งหลายได้ประจักษ์แจ้งด้วยประสบการณ์ของตนว่า เหตุใดจึงต้องรักษาศีล จากนั้นก็ทรงช่วยให้พวกเขาสามารถรักษาศีลได้จริงๆ ในระดับของเชาวน์ปัญญา เราอาจเข้าใจว่า “ฉันไม่ควรทำอย่างนั้น มันบาป ฉันควรทำอย่างนี้ มันเป็นบุญกุศล” แต่ในชีวิตประจำวันเรากลับยังคงสร้างบาปกรรมไม่หยุดหย่อน มีคัมภีร์โบราณเล่มหนึ่งที่สะท้อนถึงเรื่องนี้เอาไว้ว่า

ชานามิ ธัมมัง นะ จะ เม ปะระวะฤทธิ
ชานามิ อธัมมัง นะ จะ เม นิวะฤทธิ
เรารู้ดีว่าธรรมะคืออะไร แต่ก็ยังปฏิบัติตามไม่ได้
เรารู้ดีว่าอธรรมคืออะไร แต่ก็ยังละเว้นไม่ได้

พระองค์ทรงค้นพบวิธีการที่จะช่วยให้ผู้คนละเว้นจากการทำบาป โดยทำให้พวกเขาตระหนักถึงผลกรรมที่จะตามมาจากการเข่นฆ่า ลักขโมย ผิดลูกเมียผู้อื่น การกล่าวเท็จ ดื่มเหล้า หรือเสพสิ่งเสพติด

การสำรวจลึกเข้าไปภายใน จะทำให้ท่านเริ่มประจักษ์ว่า "ฉันไม่อาจฆ่าใครได้โดยที่ไม่มีความขุ่นมัวเกิดขึ้นในใจ เช่น ความโกรธเกลียด อาฆาตมาดร้าย หรือความขุ่นมัวอื่นๆ" นอกจากนี้ ท่านยังจะเข้าใจด้วยว่า "ทันทีที่ฉันมีความขุ่นมัวเกิดขึ้นในใจ ธรรมชาติจะเริ่มลงโทษฉัน ทำให้ฉันเป็นทุกข์ขึ้นมาเดี๋ยวนั้น" พระพุทธองค์ทรงตระหนักถึงความจริงที่เป็นสากลนี้ จึงได้ตรัสว่า

อิธะ ตัปปะติ เปจจะ ตัปปะติ

คนทำบาปย่อมเดือดร้อนทั้งในปัจจุบันและอนาคต

เมล็ดพันธุ์ของอกุศลกรรมที่ท่านหว่านไว้ จะให้ทุกข์แก่ท่านในทันที และจะเจริญงอกงามจนให้ผลที่ขมจัด

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงอุปมาว่า ถ้าท่านเอาเชือกมาฟั่นเกลียว มันย่อมจะขมวดแน่นขึ้นเรื่อยๆ ทุกครั้งที่ท่านทำผิดศีล ก็เท่ากับได้ขมวดปมเชือกให้แน่นขึ้น ลึกลงไปภายในใจของท่านจึงมีแต่ความตึงเครียด ท่านเคยชินที่จะตอบโต้ออกมาในลักษณะเดียวกันจนเป็นนิสัย ยิ่งถ้าท่านขมวดปมเชือกซ้ำแล้วซ้ำเล่า ความทุกข์ของท่านก็ยิ่งจะเพิ่มพูนขึ้น พระองค์ตรัสว่า เป็นไปได้ที่ในระดับพื้นผิวของจิต ท่านจะไม่รู้ตัวว่าได้กำลังสร้างความตึงเครียดขึ้นในใจ แล้วทำไมท่านจึงไม่รู้ล่ะ

ถ้าท่านมองไปที่กองไฟซึ่งยังไม่มอดดับ จะเห็นขี้เถ้าชั้นหนาๆ ปกคลุมอยู่ จนดูราวกับว่าถ่านนั้นไม่ได้กำลังลุกไหม้ ไม่ได้คุไฟ ในทำนองเดียวกันกับที่ 99 % ของจิตของท่านอาจกำลังเผาไหม้อยู่ แต่อีก 1 % ของจิตในระดับพื้นผิวอาจหลงเพลินอยู่กับสิ่งที่น่าใคร่น่าปรารถนา และเนื่องจากท่านไม่ได้มองเข้าไปข้างใน จึงไม่รู้ว่าตัวท่านเองกำลังถูกเผาไหม้อยู่

ทุกครั้งที่ทำผิดศีล ท่านมักจะมีข้อแก้ตัว และโดยผิวเผินแล้ว ท่านก็ไม่รู้สึกสะทก-สะท้านอะไร ท่านบอกกับตัวเองว่า "ฉันฆ่าคนๆ นั้น เพราะเขาเป็นคนเลว" หรือท่านอาจ

บอกว่า "เขาไม่คู่ควรกับของนั่นหรอก แล้วที่ฉันเอาไปน่ะ มันจะผิดตรงไหน ตอนนี้ฉันก็สุขสบายดี" หรือท่านอาจบอกว่า "ถึงฉันจะไปมีอะไรๆ กับเขา ก็ไม่ได้ทำให้ใครเดือดร้อนนี่ ฉันไม่ได้ไปทำร้ายหรือข่มขืนเขา เรายินยอมพร้อมใจด้วยกันทั้งสองฝ่าย แล้วมันผิดตรงไหน" หรือท่านอาจบอกว่า "ฉันแค่จิบไวน์นิดๆ หน่อยๆ เท่านั้น ไม่ได้เมามายอะไร มันผิดด้วยหรือ เวลาที่ไปงานสังคม แล้วมีคนยื่นแก้วไวน์ให้ ฉันก็รับไว้ นั่นไม่ได้รบกวนความสุขสงบของใคร มีแต่จะทำให้ทุกๆ คนมีความสุขเสียอีก"

พระพุทธองค์คงจะแย้มพระโอษฐ์ แล้วตรัสว่า "คนเสียสติเท่านั้นที่มีความสุขกับขี้เถ้าที่ปกคลุมความจริงเอาไว้ โดยหารู้ไม่ว่าลึกลงไปภายใน ไฟกำลังคุกรุ่นอยู่ และตนเองกำลังคอยเติมเชื้อให้กับมันอยู่ตลอดเวลา" ทุกครั้งที่ทำผิดศีล เท่ากับท่านได้เพิ่มเชื้อไฟลงไป ซึ่งก็จะทำให้ท่านเป็นทุกข์มากขึ้นเรื่อยๆ เรื่องนี้ไม่อาจเข้าใจได้ด้วยการถกเถียงหรืออภิปราย เว้นแต่ว่าท่านจะได้สำรวจลึกลงไปภายใน ซึ่งก็จะทำให้ประจักษ์แจ้งว่า การกระทำทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นกายกรรมหรือวจีกรรมที่ละเมิดต่อกฎของธรรมชาติ ล้วนเป็นการทำร้ายตัวเอง

นอกจากนี้ท่านยังจะได้พบว่า เมื่อใดที่ท่านเริ่มสร้างบุญกุศล ไม่ว่าจะโดยทางกายหรือวาจาก็ดี เปลวไฟที่เผาไหม้อยู่ภายในจะมอดดับลง ทำให้ท่านรู้สึกสงบ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงกล่าวว่า *อิธะ นันทะติ เปจจะ นันทะติ กะตะ ปุญโญ อุภะยัตถะ นันทะติ* เมื่อบุคคลสร้างความเคยชินให้กับจิตให้คิดดีและก่อให้เกิดความสุขสงบอย่างแท้จริง การกระทำหรือการพูดอันเกิดจากจิตที่บริสุทธิ์ผ่องใส ย่อมนำมาซึ่งความสุขจากส่วนลึกของจิตใจ มิใช่จากขี้เถ้าที่ปกคลุมถ่านไฟ

สมาธิคือการทำจิตให้ตั้งมั่น แล้วท่านจะทำจิตให้ตั้งมั่นได้อย่างไร เหตุใดจึงต้องปฏิบัติสมาธิวิธีนี้ จากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าทรงพบว่า สัมมาสมาธิจะต้องเป็นสมาธิที่นำไปสู่ปัญญา ฉะนั้น สิ่งที่ใช้ในการเพ่งพิจารณาเพื่อให้เกิดสมาธิ จึงต้องเป็นความจริงที่เกี่ยวข้องกับร่างกายและจิตใจของเราเอง

พระองค์ทรงเรียกจิตสำนึกที่ชาวตะวันตกรู้จักดีว่า *ปริตตจิต* ซึ่งหมายถึงส่วนเล็กๆ ของจิต อันที่จริงแล้วจิตทั้งหมดล้วนแล้วแต่มีการรับรู้ ไม่มีส่วนไหนที่ไม่มีการรับรู้ ส่วนที่เราเรียกว่าจิตไร้สำนึกนั้นจะรับรู้เวทนาทางกาย และมีปฏิกิริยาปรุงแต่งตอบโต้อยู่ทุกขณะ ในขณะที่จิตส่วนพื้นผิวนั้นเปรียบเสมือนขี้เถ้าที่ปกคลุมถ่านไฟเอาไว้ ซึ่งเราอาจเล่นเกมกับมันด้วยการใส่น้ำแข็งลงไปเพื่อให้รู้สึกว่าเย็น แล้วเราก็มีความสุข ถ้าท่านใช้คำบริกรรมในการทำสมาธิ คำบริกรรมนั้นจะอยู่แค่ในระดับพื้นผิวของจิตเท่านั้น ไม่ได้ลงไปถึงจิตไร้สำนึก

เลย เช่นเดียวกับการสร้างมโนภาพ จินตนาการ การจูงจิต การเอาแต่ครุ่นคิด หรือใช้อารมณ์ความรู้สึก ก็ให้ผลอยู่แค่เฉพาะที่ส่วนเล็กๆ ของจิตหรือจิตสำนึก โดยไม่ได้ลงไปที่ส่วนลึกเลย แต่ท่านก็มีความรู้สึกเหมือนท่านมีความสงบอยู่

เวลาที่ท่านไปโรงภาพยนตร์ สถานบันเทิง หรือโรงละคร จิตสำนึกที่ว้าวุ่นของท่านจะถูกเบี่ยงเบนให้เพลิดเพลินไปกับสิ่งที่น่าใคร่น่าปรารถนา เวลาที่ท่านดื่มเหล้าหรือเสพยาเสพติด จิตสำนึกก็จะมึนเมา จนทำให้ท่านลืมความทุกข์ไปชั่วขณะ ในทำนองเดียวกัน ถ้าท่านปฏิบัติสมาธิด้วยวิธีการต่างๆ ที่ทำให้จิตเคลิบเคลิ้ม ท่านก็จะลืมความทุกข์ ลืมถ่านไฟร้อนฉ่าที่กำลังลุกโชนอยู่ภายใน

การตรัสรู้ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเกิดจากการสำรวจลึกเข้าไปภายใน จนเข้าพระทัยถึงกฎของเหตุและผลว่า เมื่อใดที่เรามีปฏิกิริยาปรุงแต่งตอบโต้ด้วยความชอบหรือความชังก็จะเกิดความทุกข์ตามมา นี่เป็นกฎธรรมชาติ พระองค์ได้ทรงพิจารณาอีกว่า เหตุใดเราจึงปรุงแต่งตอบโต้ออกไปเช่นนี้

ภายนอกอาจดูคล้ายกับท่านกำลังตอบโต้ต่อสิ่งภายนอก ไม่ว่าท่านจะได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ได้รับรู้รส ได้สัมผัส หรือคิดถึงอะไรที่น่าพอใจ ก็ดูเหมือนท่านมีปฏิกิริยาตอบโต้ต่อสิ่งที่มากระทบนี้ด้วยความชอบ ในทำนองเดียวกัน เมื่อมีอะไรที่ไม่น่าพอใจมากระทบกับทวารรับรู้ทางใดทางหนึ่ง ก็ดูเหมือนท่านจะตอบโต้ไปด้วยความไม่ชอบ นั่นเป็นความจริง แต่ก็เพียงแค่ในระดับพื้นผิวเท่านั้น เพราะยังขาดตัวเชื่อมไปอีกอย่าง ซึ่งท่านไม่สามารถจะเข้าใจได้ ถ้าหากไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนา กล่าวคือ ท่านไม่ได้ตอบโต้ต่อสิ่งภายนอกที่มากระทบกับทวารรับรู้ แต่ตอบโต้ต่อเวทนาทางกายที่เกิดจากการกระทบนั้นต่างหาก เมื่อมีเวทนาทางกายหรือความรู้สึกที่น่าพอใจเกิดขึ้น ท่านก็ตอบโต้ด้วยความชอบ เมื่อมีความรู้สึกที่ไม่น่าพอใจเกิดขึ้น ท่านก็ตอบโต้ด้วยความชัง ตราบใดที่ยังไม่เข้าถึงตัวเชื่อมนี้ ท่านก็ยังไม่ได้ปฏิบัติลงไปถึงที่ส่วนลึกของจิต หากแต่อยู่เพียงแค่ในระดับพื้นผิวเท่านั้น

ผู้ที่ปฏิบัติอยู่แค่ในระดับพื้นผิวของจิตนั้นกำลังหลอกตัวเอง เพราะจริงๆ แล้วการปฏิบัติเช่นนั้นไม่ได้ช่วยอะไรเขาเลย ท่านต้องลงไปที่ระดับลึก ให้ความสนใจแต่เฉพาะปรากฏการณ์ทางกายและจิตของตนเอง แล้วเฝ้าสังเกตดูปฏิกิริยาที่มันมีต่อกันและกัน "จิตไร้สำนึก" ที่อยู่ลึกลงไปจะรับรู้ถึงเวทนาที่เกิดขึ้นกับร่างกายตลอดเวลา จิตและกายนั้นเกี่ยวพันกันอย่างยิ่ง ไม่ว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นที่จิต ก็ย่อมส่งผลไปถึงกายด้วย และไม่ว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นที่กาย ก็ส่งผลไปถึงจิตด้วย

พระโคตมพุทธเจ้าทรงเป็นบุคคลแรกของยุคนี้ (ก่อนหน้านั้นมีพระพุทธเจ้าหลายพระองค์ที่ทรงค้นพบในสิ่งเดียวกัน) ที่ค้นพบสัจธรรมดังกล่าว ทั้งยังทรงมีพระมหากรุณาธิคุณนำมาอบรมสั่งสอนแก่ชาวโลก "ดูก่อน พวกท่านทั้งหลาย นี้คือกฎของธรรมชาติ จงเข้าใจกฎนี้ด้วยตัวของท่านเอง เพื่อจะได้หลุดพ้นจากความทุกข์"

ผู้ที่หลงลืมความจริงข้อนี้ไปอาจบอกว่า "ไม่ว่าจะไปปฏิบัติกับอาจารย์คนไหน ก็เหมือนกันทั้งนั้นแหละ" ข้าพเจ้าก็จะตอบว่า "ถ้าครูอาจารย์ของท่านสอนให้เฝ้าสังเกตเวทนาทางกาย แล้ววางอุเบกขาต่อเวทนานั้นๆ ก็เป็นการปฏิบัติที่เหมือนกัน ไม่สำคัญว่าจะเรียกวิปัสสนาหรือไม่ หรือจะเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าหรือของใคร" แต่ถ้าครูอาจารย์ของท่านไม่ได้สอนให้ปฏิบัติเช่นนี้ แล้วท่านยังบอกว่า "ครูของฉันก็สอนแบบเดียวกันนั่นแหละ" ก็เท่ากับท่านกำลังทำร้ายตัวเอง เพราะท่านละเลยต่อเวทนาทางกาย อันจะทำให้ท่านเฝ้าปรุงแต่งตอบโต้ด้วยความชอบและความชังอยู่เรื่อยไป

เราต้องขจัดขี้เถ้าที่ปกคลุมความจริงข้างในออกไป การปฏิบัติในแบบที่มีแต่จะทำให้ขี้เถ้าพอกพูนขึ้นนั้นไม่มีประโยชน์อะไร แต่การปฏิบัติที่ช่วยกำจัดขี้เถ้าออกไป และทำให้เรารู้สึกถึงความทุกข์ที่อยู่ภายในต่างหากที่มีประโยชน์

นี่คืออริยสัจข้อแรก "ดูสิ ไฟกำลังลุกไหม้เพียงใด มีความตึงเครียดเกิดขึ้นเพียงใด" สิ่งนี้จะประจักษ์แจ้งได้ก็ต่อเมื่อท่านเริ่มรู้สึกถึงเวทนาที่ร่างกาย ทุกๆ เวทนาที่เกิดขึ้นล้วนเป็นทุกข์ เพราะความไม่รู้จึงทำให้ท่านปรุงแต่งตอบโต้และสร้างทุกข์ขึ้นมา แล้วเราจะหยุดยั้งมันได้อย่างไร ทำอย่างไรจึงจะปลดปล่อยจิตที่ตกเป็นทาสของความเคยชินเก่าๆ นี้ได้

มีเพียงการปฏิบัติเท่านั้นที่จะช่วยได้ การถกเถียงกันทางความคิด การอภิปราย หรือการยอมรับความจริงด้วยศรัทธาไม่อาจช่วยอะไร นอกจากจะเป็นแนวทางที่ชี้แนะให้เราเห็นว่าควรปฏิบัติอย่างไร แต่หลังจากนั้นเราต้องลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ผู้ที่ต้องการก้าวหน้าไปบนเส้นทางธรรม จะต้องเข้าใจว่านักวิปัสสนากำลังปฏิบัติอะไร รวมถึงเหตุผลที่แท้จริงว่าทำไมเราจึงต้องปฏิบัติแบบนี้

แน่นอนว่าท่านไม่ควรจะดูแคลนผู้อื่น ผู้ที่สอนวิธีการปฏิบัติที่ให้ผลเพียงแค่ในระดับเชาวน์ปัญญา ก็กำลังช่วยเหลือผู้คนอยู่เช่นกัน อย่างน้อยก็สามารถชำระจิตสำนึกให้บริสุทธิ์ได้ในระดับหนึ่ง ซึ่งนับว่ามีประโยชน์ แต่สำหรับการปฏิบัติของตัวท่านเอง ขอให้เข้าใจว่าความหลุดพ้นจะเกิดขึ้นได้ ก็ต่อเมื่อท่านได้ลงไปถึงรากเหง้าของเหตุแห่งทุกข์ ตราบใดที่ท่านยังไม่ขจัดรากเหง้าของทุกข์ ท่านก็จะไม่สามารถขจัดทุกข์ของตนเองได้

ธรรมะนั้นเป็นเรื่องง่าย แต่เราชอบทำให้เป็นเรื่องยาก ไม่มีอะไรที่จะง่ายไปกว่านี้อีกแล้ว ที่ธรรมะถูกทำให้เป็นเรื่องยาก ก็เพราะมีการนำเอาปรัชญาความเชื่อต่างๆ เข้าไปผสมปนเป เพียงแค่ลงมือปฏิบัติเท่านั้น อย่าไปทำให้มันยุ่งยาก ผู้ที่ทำให้การปฏิบัติยุ่งยากนั้นย่อมทำร้ายทั้งตนเองและผู้อื่น ท่านได้พบกับหนทางที่แท้จริงแล้ว แม้จะเป็นหนทางที่ยาวไกล เพราะการเปลี่ยนแปลงนิสัยเก่าๆ ของจิตต้องใช้เวลา แต่การเริ่มต้นก็ได้เกิดขึ้นแล้ว ถึงท่านจะได้เข้าอบรมไปเพียงครั้งเดียว แต่ก็นับว่าสิ่งดีๆ ได้เริ่มต้นขึ้นแล้ว ขอให้ใช้ประโยชน์จากสิ่งนี้ และเริ่มขัดเกลาจิตในระดับที่ลึกที่สุด

เมื่อท่านปฏิบัติไปได้มากขึ้นๆ โดยรักษาศีล 5 ไปด้วย ท่านก็จะเริ่มเข้าใจว่าการผิดศีลจะทำให้ขี้เถ้าบนพื้นผิวของจิตเพิ่มพูนขึ้น พร้อมกันนั้นยังได้ไปกระพือเปลวไฟข้างในด้วย ฉะนั้น ขอให้ตระหนักถึงความจริงของเปลวไฟ ของความทุกข์ข้างใน อย่าไปหลงอยู่กับขี้เถ้าบนพื้นผิว หรือส่วนเล็กๆ ที่เรียกว่าจิตสำนึกนี้

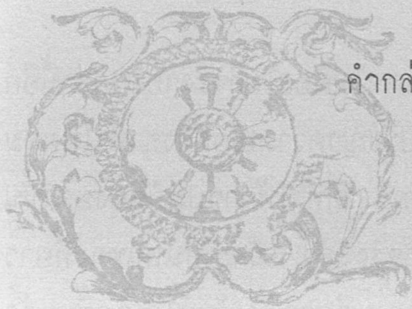
ขอให้เข้าใจด้วยว่า มีเพียงการปฏิบัติเท่านั้นที่จะช่วยให้ท่านได้รับประโยชน์จากธรรมะ ถ้าท่านมาเข้าอบรมครั้งหนึ่ง แล้วไม่นำไปปฏิบัติต่อทุกวัน ท่านก็จะได้รับประโยชน์เพียงเล็กน้อย หรือถ้าท่านมาเข้าอบรมปีละครั้ง แล้วไม่กลับไปปฏิบัติประจำวัน ท่านก็ไม่อาจเปลี่ยนแปลงนิสัยเก่าๆ ของจิตได้ นิสัยเก่าๆ ที่มืดมนนี้จะต้องเปลี่ยนแปลง ทุกครั้งที่ท่านปฏิบัติ ท่านจะค่อยๆ เปลี่ยนแปลงนิสัยเก่าๆ ของจิตได้ทีละน้อยๆ จนกระทั่งเมื่อท่านไปถึงขั้นที่สามารถชำระจิตได้จนหมดสิ้นแล้ว นิสัยเก่าๆ ทั้งหลายในอดีตก็จะหายไป

ด้วยเหตุนี้ ท่านจึงต้องปฏิบัติอย่างจริงจัง ขอให้ท่านใช้ประโยชน์จากสิ่งอำนวยความสะดวกอันแสนวิเศษ ณ ที่แห่งนี้ ข้าพเจ้าพบว่ากระแสธรรมะของที่นี่พัฒนาขึ้นมากภายในระยะเวลาไม่กี่ปีมานี้ และตอนนี้ตัวท่านเองก็สามารถแบ่งปันกระแสนี้ให้แก่คนอื่นๆ ด้วย

เมื่อธรรมะเริ่มเจริญงอกงาม ก็จะเจริญงอกงามยิ่ง ๆ ขึ้นไป โดยที่ไม่มีใครหยุดยั้งได้ ความเจริญงอกงามภายนอกนั้นช่วยให้ผู้คนจำนวนมากได้รับประโยชน์ ในขณะที่ความเจริญงอกงามภายในทำให้ท่านได้รับประโยชน์ ถ้าตัวท่านเองไม่ได้รับประโยชน์ แต่มัวคิดถึงประโยชน์ของผู้อื่น ก็ไม่ใช่เรื่องที่ถูกต้อง

จงพัฒนาธรรมะเพื่อประโยชน์ เพื่อความผาสุก และความหลุดพ้นของตัวท่านเองและผู้อื่น ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



คำกล่าวเปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

2 มีนาคม 2533

ธรรมทาน

ผู้ปฏิบัติธรรมจากทั่วโลก

พวกท่านทั้งหลายได้มาประชุมกัน ณ ที่นี้อีกครั้ง เพื่อร่วมกันหารือว่าจะช่วยเผยแผ่ธรรมะให้ผู้คนทั่วโลกที่กำลังมีความทุกข์ ได้เข้ามาสัมผัสกับธรรมะและหลุดพ้นจากทุกข์ได้อย่างไร นี่นับว่าเป็นเจตนารมณ์อันประเสริฐ

ผู้ที่ได้ลิ้มรสธรรมะจริงๆ จะรู้ว่าธรรมะนั้นวิเศษยิ่งนัก เป็นธรรมดาที่เมื่อท่านได้ลิ้มลองอาหารอร่อยๆ ก็ย่อมจะเกิดความรู้สึกอยากแบ่งปันให้แก่เพื่อนฝูงและคนในครอบครัวด้วย แต่ทว่าไม่มีสิ่งใดจะล้ำเลิศไปกว่าธรรมะอีกแล้ว *ธัมมะระสัง สัพพะระสัง ชินาติ* และผู้ที่ได้ลิ้มรสธรรมะจริงๆ ก็จะเริ่มรู้สึกถึงความเป็น *เอหิปัสสิโก* ว่า ช่างวิเศษเสียนี่กระไร ! คนอื่นๆ น่าจะได้ลิ้มลองสิ่งนี้ด้วย สิ่งหนึ่งที่จะเป็นเครื่องชี้วัดความก้าวหน้าของธรรมะก็คือว่า เราเริ่มมีความรู้สึกเช่นนี้พัฒนาขึ้นในใจหรือไม่

สมมติว่าเรามีความรู้สึกดังกล่าวเกิดขึ้น และต้องการให้ผู้คนมากขึ้นๆ ได้เข้ามาลิ้มรสธรรมะ แต่ถ้าเรายังไม่มีวุฒิภาวะทางธรรมที่ถูกต้อง ก็ย่อมมีโอกาสที่จะก่อให้เกิดความผิดพลาดขึ้นได้ เราอาจคิดว่า "ฉันต้องการให้คนอื่นๆ ได้ก้าวเข้ามาบนเส้นทางธรรมมากขึ้น แต่ฉันจะได้รับตำแหน่งอะไรล่ะ" หรือที่แย่กว่านี้ ก็อาจเริ่มคิดคำนวณว่าตัวเองจะได้รับเงินเท่าใด "ฉันจะช่วยเหลือผู้อื่นให้ได้ปฏิบัติธรรม แต่อย่างน้อยก็น่าจะมีค่าตอบแทนให้ฉันบ้าง เพราะถึงอย่างไรฉันก็อุตส่าห์เสียสละเวลาและอุทิศชีวิตทุ่มเทให้" บางคนอาจไม่คิดถึงเรื่องตำแหน่งหรือผลตอบแทน แต่ลึกๆ ในใจอาจมีความต้องการอย่างแรงกล้าที่จะให้คนอื่นๆ ชื่นชมกับการรับใช้ธรรมะของตน "พวกเขาควรจะขอบคุณและเคารพนบไหว้ฉัน" บุคคลเหล่านี้ไม่มีความเข้าใจในธรรมะ ไม่เหมาะที่จะรับใช้ผู้อื่น เพราะลึกๆ แล้วเขามุ่งหวังเพียงแต่จะรับใช้ตัวเองเท่านั้น

ข้าพเจ้ายังจดจำเรื่องราวของเพื่อนร่วมปฏิบัติธรรมชาวมุสลิมคนหนึ่งที่ศูนย์ของท่าน

อาจารย์อูบาขิ่นได้ดี รู้สึกว่าเขาจะเป็นศาสตราจารย์หรือผู้ช่วยศาสตราจารย์ในมหาวิทยาลัยร่างกุ้ง หลังจากเข้าปฏิบัติได้ 2-3 ครั้ง เขาก็มีความตั้งใจว่า "ฉันต้องรับใช้ธรรมะ แต่จะรับใช้อย่างไรไม่ให้เกิดอัตตา เพราะถ้ามีอัตตาเกิดขึ้น ก็ย่อมจะไม่ใช่การรับใช้ธรรมะ" หลายวันผ่านไปโดยที่เราไม่รู้ว่าเขาทำอะไร เขาเข้ามาที่ศูนย์ในตอนเย็น ทว่าไม่ได้ร่วมหลักสูตรการอบรม เมื่อผู้ปฏิบัติเข้านอน เขาก็เข้าไปนอนที่ไหนสักแห่ง และพอถึงเวลาประมาณสี่ทุ่มครึ่ง ซึ่งเป็นช่วงที่คนอื่นๆ หลับกัน เขาก็จะลุกขึ้นมา แล้วเอาถังน้ำกับไม้กวาดไปทำความสะอาดห้องน้ำเป็นเวลา 1-2 ชั่วโมง จากนั้นจึงกลับเข้านอน เพราะไม่ต้องการให้ใครล่วงรู้

นั่นเป็นงานที่คนอื่นๆ ไม่อยากทำ แม้ท่านอาจารย์จะไม่อนุญาตให้ผู้ที่ไม่ได้เข้าปฏิบัติมาช่วย ทว่าศาสตราจารย์ผู้นั้นกลับรู้สึกว่า "ฉันเหมาะ ฉันควรจะทำ" นี่เป็นสำนึกที่จะรับใช้ธรรมะโดยไม่คาดหวังว่าจะได้อะไรตอบแทน เขาไม่ต้องการแม้แต่จะให้ใครมาชื่นชมกับการกระทำของตน นี่คือการรับใช้ธรรมะที่บริสุทธิ์

แต่ละคนต้องสำรวจดูตัวเองว่า "เวลาที่ฉันเกิดความรู้สึกกระตือรือร้นที่จะรับใช้ธรรมะนั้น มีความเห็นแก่ตัวเจืออยู่หรือไม่ ฉันต้องการอะไรหรือเปล่า" เมื่อใดที่ความรู้สึกว่า "ฉันต้องการบางอย่าง" หายไป ท่านย่อมจะพร้อมรับใช้ธรรมะในทุกสถานการณ์ "ถ้าฉันต้องไปทำความสะอาดห้องน้ำ ฉันก็จะทำ ถ้าฉันต้องไปยืนหน้าประตูเฝ้าศิษย์ ฉันก็จะทำ ถ้าวันพรุ่งนี้ฉันต้องไปนั่งอยู่บนธรรมาสน์เพื่อสอนธรรมะ ฉันก็จะทำ ฉันมาที่นี่เพื่อรับใช้ธรรมะเท่านั้น" ถ้าท่านมีความคิดเช่นนี้ ก็แสดงว่าท่านเหมาะสมที่จะเข้ามารับใช้ธรรมะ

บางครั้งในเวลาที่มีผู้เสนอบางสิ่งบางอย่างแก่อาจารย์ของข้าพเจ้า "ท่านอาจารย์ครับ ผมจะสร้างตึกให้ที่นี่ เพื่อคนอื่นๆ จะได้เข้ามาพักอย่างสบาย นี่เป็นสิ่งที่ผมจะบริจาคให้แก่ศูนย์เพื่อให้คนอื่นได้ใช้ประโยชน์ แต่เมื่อใดที่ผมหรือคนในบ้านมา ท่านต้องจองที่ไว้ให้เราด้วย" แต่ท่านอาจารย์ก็คือท่านอาจารย์ ท่านจะเอ็ดตะโรออกมาว่า "ท่านต้องมาปฏิบัติธรรมก่อน ! เราจะไม่รับบริจาคจากผู้ที่ไม่เคยเข้าปฏิบัติ และเราก็ไม่ต้องการรับบริจาคจากผู้ที่ถึงแม้จะเคยเข้าปฏิบัติ แต่ยังไม่มีความเข้าใจในธรรมะ !"

นี่เป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่ดีงามและบริสุทธิ์ เพียงความบริสุทธิ์นี้ก็ทำให้ธรรมะมีพลังแล้ว และนั่นก็จะทำให้การรับใช้ผู้อื่นเป็นไปอย่างถูกต้อง แต่ถ้าหากธรรมะถูกลดค่าลงและคนที่มีเงินพยายามจะซื้อหรือเข้ามาครอบงำธรรมะแล้ว ธรรมะก็จะกลายเป็นเพียงแค่สินค้าในตลาด เมื่อนั้นธรรมะจะช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างไร

ฉะนั้น ทุกๆ คนที่มีส่วนรับผิดชอบต่อการจัดอบรมในศูนย์ปฏิบัติธรรมต่างๆ ทั่วโลก

ทั้งในปัจจุบันและอนาคต จึงควรสำนึกถึงความบริสุทธิ์ของธรรมะ ขอให้มีความตั้งใจแน่วแน่ว่า ท่านจะไม่ยอมให้ธรรมะที่บริสุทธิ์ต้องแปดเปื้อนหรือมัวหมอง

ไม่ใช่เรื่องสลักสำคัญอะไรเลย ถ้าเราจะมีสิ่งอำนวยความสะดวกไม่ครบถ้วน หรือมีผู้มาเข้าอบรมในศูนย์ปฏิบัติธรรมดังกล่าวน้อยลง ทว่าเราจักต้องให้ธรรมะอย่างถูกต้อง หากมีคนคิดว่า "การบริจาคของฉันจะทำให้คนอื่นได้ประโยชน์" เขาย่อมจะรู้สึกยินดีที่ได้เห็นผู้อื่นมีความสุข นี่คือรางวัลที่ยิ่งใหญ่ที่สุดที่คนผู้นั้นจะได้จากการให้และการรับใช้ธรรมะ แต่ถ้าเขาขาดความเข้าใจในธรรมะเช่นนี้ เราก็ไม่ควรจะรับบริจาคจากบุคคลผู้นี้ แม้ว่าเขาจะเคยมาเข้ารับการอบรมหลายครั้งแล้วก็ตาม คำแนะนำนี้ไม่ใช่เฉพาะสำหรับอาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์ และฝ่ายจัดการในปัจจุบันเท่านั้น หากรวมถึงชนรุ่นหลังต่อๆ ไปด้วย

ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ คนบางคนอาจกล่าวว่า "วิปัสสนานี่วิเศษจริงๆ แต่วิธีอีกวิธีของเรานี่ก็ดีเหมือนกัน ทำไมถึงไม่เอามาผสมผสานเข้าด้วยกันเล่า" หรือ "โอ้ วิธีปฏิบัตินี้วิเศษจริงๆ ! แต่น่าจะเอาความเชื่อของเราปนเข้าไปสักหน่อย หากผสมเข้าด้วยกันแล้วก็จะมีคนในชุมชนของเรามาเข้าร่วมด้วยอีกมาก" ขอจงอย่าทำเช่นนั้นเป็นอันขาด ! ถ้าธรรมะต้องแปดเปื้อนแล้ว ก็จะไม่อาจช่วยเหลือผู้อื่นได้เลย

การเพิ่มเติมสิ่งต่างๆ เข้าไปจะทำให้วิธีการปฏิบัติไม่บริสุทธิ์ ท่านอาจารย์อูบาขิ่นเคยกล่าวว่า ถ้าท่านเริ่มทำกิจกรรมอื่นๆ ในศูนย์ปฏิบัติธรรม มารซึ่งฉลาดมากก็จะเริ่มได้ใจ "อึม วิเศษจริงๆ ยอดเยี่ยมดีแท้ ที่นี่น่าจะมีโยคะอาสนะ ศูนย์บำบัดรักษาโดยวิธีธรรมชาติด้วย วิเศษจริงๆ" มารจะหันเหความสนใจทั้งหมดไปยังกิจกรรมอื่นๆ แล้ววิปัสสนาก็จะด้อยความสำคัญลง นี่คือสิ่งที่จะต้องเกิดขึ้น

วิธีการปฏิบัติอันแสนวิเศษนี้ได้สูญสิ้นไปจากประเทศซึ่งเป็นต้นกำเนิดนี้ภายในชั่วระยะเวลาเพียง 500 ปี เพราะผู้คนเริ่มเสริมแต่งหลายๆ อย่างเข้าไป ทำให้ธรรมะแปดเปื้อนไม่บริสุทธิ์ จนให้ผลน้อยลง และค่อยๆ สูญสิ้นไป ในประเทศอื่นๆ ก็เกิดเหตุการณ์ทำนองนี้เช่นกัน

แต่เรายังโชคดีที่มีเพื่อนบ้านประเทศหนึ่งได้รักษาความบริสุทธิ์ของวิธีการปฏิบัตินี้สืบต่อกันมารุ่นแล้วรุ่นเล่า จนทำให้เราได้มีโอกาสเรียนรู้วิปัสสนา เราจึงมีหน้าที่ที่จะต้องรักษาความบริสุทธิ์นี้ไว้ให้ชนรุ่นหลัง เราทุกคนควรรู้สึกว่า "ฉันได้รับธรรมะที่บริสุทธิ์ดั้งเดิมแล้ว และจะต้องส่งต่อให้แก่ชนรุ่นหลัง โดยที่ยังคงความบริสุทธิ์ดั้งเดิมเอาไว้ด้วย" การทำดังนี้จะช่วยให้คนอื่นๆ หลุดพ้นจากความทุกข์ได้อย่างน้อยก็อีกสองสามศตวรรษ

นอกจากนี้ ขอให้สำรวจตัวท่านเองด้วยว่า ความเคยชินในอดีตยังมีความสำคัญอยู่หรือไม่ ถ้าท่านต้องการรับใช้ธรรมะ แต่ยังคงพูดว่า "ฉันมาจากนิกายนี้ ซึ่งเป็นนิกายที่ประเสริฐที่สุด" แล้ว ก็แสดงว่าท่านยังไม่ยอมรับในธรรมะ ท่านควรมีความคิด *เอกายะโน มัคโค* คือ "ฉันเชื่อมั่นว่าวิธีการนี้เป็นหนทางเดียวที่จะช่วยถอนรากถอนโคนกิเลสที่ฝังรากลึกออกไปจากจิต ตราบใดที่ยังไม่อาจขจัดกิเลสและความไม่บริสุทธิ์ที่ฝังรากลึกออกจากจิตได้ ฉันก็จะไม่มีทางหลุดพ้น คนอื่นๆ ก็เช่นกัน วิธีการนี้เป็นเพียงหนทางเดียวเท่านั้น" ต่อเมื่อท่านมีความเชื่อมั่นเช่นนี้เท่านั้น จึงจะปวารณาตนเข้ารับใช้ธรรมะได้ในทุกสถานการณ์

ท่านต้องใช้วิจารณญาณของตัวเองจนถึงที่สุด ถ้าท่านมีความตั้งใจจริงที่จะให้ธรรมะแผ่ขยายไป อยากให้ผู้คนที่มีความทุกข์ได้รับประโยชน์จากธรรมะมากขึ้นๆ ก็จงรักษาเจตนารมณ์นี้ไว้ แต่ขอจงอย่าเพิ่งเข้ามารับตำแหน่งสำคัญใดๆ หากท่านยังยึดติดอยู่กับประเพณีความเชื่อเก่าๆ ของตนเอง ขอให้ชะลอไว้ก่อน อย่าเพิ่งเข้ามารับหน้าที่ใดๆ

ข้าพเจ้ารู้ว่าผู้ที่มีความตั้งใจเช่นนี้มีอยู่ไม่น้อย ขอให้พวกท่านได้รับผลบุญจากการรับใช้ผู้คนที่ทุกข์ยากทั่วโลกในบทบาทหน้าที่ต่างๆ ผู้ที่มีความตั้งใจดังกล่าว แต่ยังไม่กล้าแข็งพอ ก็จงทำให้ตัวเองตั้งมั่นในธรรมะเสียก่อน การทำเช่นนี้ไม่ใช่เป็นการทำเพื่อครูอาจารย์ พระพุทธเจ้า หรือผู้อื่น หากแต่เป็นการทำเพื่อตัวท่านเอง ซึ่งจะเป็นผลดีและเป็นประโยชน์ต่อตัวท่านเอง

ท่านอาจารย์ของข้าพเจ้าเคยกล่าวกับบรรดาศิษย์ของท่านที่สามารถเข้าถึงสภาวะนิพพานได้สมดังใจปรารถนาว่า "ท่านได้มอบทานที่ยิ่งใหญ่ที่สุดให้แก่ศูนย์ฯ แห่งนี้ เป็นกระแสสั่นสะเทือนอันแสนวิเศษของการเข้าถึงสภาวะนิพพาน" ฉะนั้น ถ้าท่านไม่ได้รับใช้ธรรมะในหน้าที่ใด แต่มาในฐานะของผู้ปฏิบัติ ก็ขอให้ตั้งใจปฏิบัติจริงๆ แม้ท่านจะไม่สามารถเข้าถึงสภาวะนิพพาน ก็ไม่เป็นไร ความบริสุทธิ์ที่ท่านสร้างจะแผ่กระจายไป ทำให้เกิดกระแสสั่นสะเทือนที่บริสุทธิ์ ซึ่งนับได้ว่าเป็นการอุทิศที่ยิ่งใหญ่ที่สุดแล้ว หากมีคนสักคนบริจาคเงินหลายล้านรูปี โดยที่ไม่ได้สร้างกระแสสั่นสะเทือนที่ดี ขณะที่อีกคนอาจจะไม่ได้บริจาคอะไรเลย แต่ได้สร้างกระแสสั่นสะเทือนที่ดีให้ไว้ การบริจาคกระแสสั่นสะเทือนที่ดีกลับจะมีอานิสงส์ยิ่งใหญ่กว่า

เมื่อนั้นท่านย่อมสามารถรับใช้ธรรมะได้ในทุกสถานการณ์ โดยไม่จำเป็นต้องเป็นอาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์ ประธาน เลขานุการ เหรัญญิก คณะกรรมการ ขอให้ปฏิบัติ ปฏิบัติเพื่อตัวท่านเองและผู้อื่น จงช่วยกันสร้างกระแสสั่นสะเทือนที่ดีเพื่อตัวท่านเองและผู้อื่น

ขอให้ทุกๆ ท่าน ไม่ว่าจะมาจากประเทศใด ชุมชนใด หรือวรรณะใด จงเจริญงอกงามในธรรม เวลานี้ท่านมีโอกาสอันแสนวิเศษแล้วที่ได้พบกับธรรมะ ขอให้ทุกท่านจงเจริญงอกงามในธรรม ! หลุดพ้นจากความทุกข์และเป็นแบบอย่างที่ดีงามให้แก่ผู้อื่น เพื่อที่จะได้น้อมนำพวกเขาให้เข้าสู่ธรรมะ และหลุดพ้นจากความทุกข์ จากเครื่องผูกรัดพันธนาการ

ขอให้ทุกๆ ท่านและสรรพสัตว์ทั้งหลาย จงประสบกับความสุขความสงบอันแท้จริง และหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย
4 มีนาคม 2533

ถาม–ตอบ

ถาม *ขอให้ท่านอาจารย์ช่วยกรุณาอธิบายว่า เหตุใดเราจึงมีความรู้สึกเจ็บปวดในขณะที่ปฏิบัติคะ*

ท่านอาจารย์ เวทนาหรือความรู้สึกทางกายนั้นมีหลายชนิด ซึ่งก็มาจากสาเหตุที่แตกต่างกัน ถ้าท่านไม่เคยชินกับการนั่งขัดสมาธิเป็นเวลานาน ก็อาจจะรู้สึกเจ็บปวดเพราะท่านั่งนั้น หรือไม่ความเจ็บปวดก็อาจจะมาจากอาหารที่รับประทานเข้าไป หรือเพราะบรรยากาศรอบข้าง เช่น ถ้าอากาศร้อนจัดก็อาจทำให้เกิดรู้สึกร้อนรุ่มไปทั่วตัว ฉะนั้นความเจ็บปวดจึงเกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุด้วยกัน

สาเหตุของความเจ็บปวดอีกประการคือสังขารต่างๆ ที่สั่งสมมาแต่อดีต ถ้าท่านปฏิบัติอย่างถูกต้อง พลังสั่นสะเทือนของอนิจจสัญญา (การระลึกรู้ถึงความไม่เที่ยง) ก็จะแรงกล้าขึ้น จนไปเขย่ากิเลสหรือความไม่บริสุทธิ์ต่างๆ ที่อยู่ภายในให้ผุดโผล่ขึ้นมาบนพื้นผิวเป็นจำนวนมาก ในตอนแรกสังขารอย่างหยาบจะผุดโผล่ขึ้นมาก่อน กระทั่งเมื่อสังขารเหล่านี้ถูกขจัดออกไปจนหมดสิ้น ท่านก็จะบรรลุถึงความเป็นโสดาบัน

ก็เหมือนๆ กับการกวาดพื้น ที่ครั้งแรกเศษผงชิ้นใหญ่ๆ จะถูกกวาดออกไปก่อน ครั้งต่อไปจึงเป็นเศษผงที่เล็กขึ้น พอกวาดครั้งที่สาม ก็จะเป็นฝุ่นผงที่ละเอียด และเมื่อท่านใช้ไม้กวาดเล็กที่เล็กลง ก็จะสามารถปัดกวาดฝุ่นผงที่ละเอียดขึ้น จนกระทั่งในที่สุดเมื่อท่านเช็ดถูพื้น ก็จะสามารถขจัดสิ่งสกปรกที่ละเอียดมากๆ ออกไป การปฏิบัติวิปัสสนาก็เช่นกัน ท่านเริ่มด้วยการเคลื่อนจากความหยาบไปสู่ความละเอียด จนถึงละเอียดที่สุด นี่เป็นกฎธรรมชาติ

ถาม *การแบ่งแยกลัทธินิกายดูเหมือนจะเป็นอีกรูปแบบหนึ่งของการแบ่งชั้นวรรณะ เราจะทำอย่างไรเพื่อป้องกันเรื่องนี้ดี*

ท่านอาจารย์ สำหรับข้าพเจ้าแล้ว การแบ่งแยกลัทธินิกายเลวร้ายยิ่งกว่าเรื่องของชนชั้นวรรณะเสียอีก แม้การแบ่งแยกด้วยข้ออ้างของวรรณะจะเป็นพิษร้าย แต่ก็จำกัดอยู่แค่ในอินเดีย ขณะที่การแบ่งแยกลัทธินิกายใน

ตอนนี้ได้เกิดขึ้นไปทั่วโลก ทุกหนแห่งผู้คนยึดมั่นในลัทธิความเชื่อของตนว่า "นิกายของฉันดีที่สุด" สำหรับพวกเขาแล้ว ลัทธิความเชื่อกลับกลายเป็นธรรมะไป

ธรรมะนั้นคือกฎธรรมชาติที่เป็นสากล ไม่ได้เป็นของลัทธิใดลัทธิหนึ่ง ถ้ามีความรู้สึกขุ่นมัวเกิดขึ้นในใจของท่าน ท่านก็ย่อมจะเป็นทุกข์ ถึงแม้ท่านจะเรียกตัวเองเป็นฮินดู พุทธ คริสต์ หรือมุสลิม ก็ไม่อาจเปลี่ยนแปลงความจริงข้อนี้ เพราะนี่เป็นกฎธรรมชาติ ในทำนองเดียวกัน ถ้าท่านขจัดกิเลสความไม่บริสุทธิ์คือ โลภะ โทสะ โมหะออกไปจากใจได้ ท่านก็จะรู้สึกเป็นอิสระและสงบสุข

ท่านอาจคิดว่าตัวเองศรัทธาในศาสนาทั้งๆ ที่ไม่ได้มีธรรมะอยู่เลย ถ้าเช่นนั้น การประกาศความเป็นศาสนิกก็ปราศจากความหมาย แต่ถ้าศาสนิกชนนั้นๆ เปี่ยมไปด้วยธรรมะและเป็นคนดี เขาก็ย่อมจะช่วยสร้างสรรค์สังคมที่ดีงาม ฉะนั้น ตราบใดที่ผู้คนยังคงมีความรู้สึกแบ่งแยกทางศาสนา ก็ไม่มีทางที่จะเกิดสันติสุขขึ้นในโลกได้ เช่นเดียวกัน ถ้าในประเทศนี้ยังคงมีการแบ่งแยกชั้นวรรณะ ก็ไม่มีทางที่จะเกิดความสงบสุขขึ้นได้

พระพุทธองค์ทรงติเตียนการแบ่งแยกชั้นวรรณะ โดยตรัสว่า คนเราไม่ได้เป็นพราหมณ์ (วรรณะที่สูงที่สุดในอินเดีย) เพียงเพราะถือกำเนิดจากบิดามารดาที่เป็นพราหมณ์ หากแต่เราจะเป็นพราหมณ์ได้ก็ด้วยการชำระจิตให้บริสุทธิ์เท่านั้น ส่วนผู้ที่อยู่ในวรรณะศูทร (วรรณะต่ำ) โดยชาติกำเนิด ก็สามารถเป็นพราหมณ์ได้ด้วยการชำระจิตให้บริสุทธิ์

ฉะนั้นท่านจึงต้องให้ความสำคัญกับธรรมะ และช่วยกันอธิบายว่า ทั้งการแบ่งแยกลัทธิศาสนาและชั้นวรรณะล้วนเป็นศัตรูของธรรมะ ไม่สำคัญว่าคนผู้นั้นจะมาจากวรรณะหรือศาสนาใด หากเขาไม่ใส่ใจที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีศีล สมาธิ ปัญญาแล้ว ก็ย่อมจะใช้ชีวิตไปโดยสูญเปล่า เป็นภัยทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

ถ้าท่านตั้งมั่นอยู่ในศีล สมาธิ ปัญญาแล้ว ไม่ว่าท่านจะอยู่ในศาสนาใด ก็ย่อมจะเป็นศาสนิกชนที่ดี ที่เข้าถึงความหลุดพ้น และช่วยสร้างสรรค์สังคมที่ดีงาม

แต่เรื่องนี้ใช่จะเน้นย้ำกันแค่ด้วยการถกเถียงอภิปราย หากต้องลงมือปฏิบัติจริง ผู้ที่ได้เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาจะพบว่า ป่วยการเปล่าที่จะภาคภูมิใจในศาสนาของตนโดยไม่พัฒนาศีล สมาธิ ปัญญา แต่ถ้าเขากำลังพัฒนาทั้งสามสิ่งนี้อยู่ เขาจะเป็นคนในศาสนาใดก็ได้

ถาม *ผู้ที่นับถือศาสนาฮินดู เชน หรือมุสลิม จะสามารถประกอบศาสนกิจในศาสนสถานของตน โดยพัฒนาความก้าวหน้าในการปฏิบัติวิปัสสนาไปด้วยได้หรือไม่*

ท่านอาจารย์ ได้ ถ้าเข้าใจวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาอย่างถูกต้อง ถึงแม้ว่าในขณะที่ท่านเข้าร่วมพิธีทางศาสนา ท่านก็ตระหนักว่าสิ่ง

เหล่านี้ไม่มีความหมาย ไม่มีแก่นสาร แต่ถ้าครอบครัวของท่านเข้าร่วมพิธีดังกล่าว ท่านก็ควรจะไปที่นั่นๆ กับพวกเขาด้วย เพื่อความสัมพันธ์อันดีในครอบครัว ท่านไม่ควรจะเป็นชนวนให้เกิดการต่อต้าน ถ้าท่านต้องก้มกราบก็ก้มกราบ

แต่ท่านจะก้มกราบอย่างไรนั้น ท่านอาจารย์ของข้าพเจ้าสอนว่า ไม่ให้เราก้มกราบตามๆ กันแบบเครื่องจักร ตอนที่ก้มกราบครั้งแรก ขอให้ระลึกรู้ถึงเวทนาตรงกระหม่อมไปพร้อมๆ กับเข้าใจในอนิจจังด้วย พอก้มกราบครั้งที่สองก็ให้เข้าใจในทุกขัง ครั้งที่สามก็ให้เข้าใจในอนัตตา

เมื่อใดก็ตามที่ท่านแสดงความเคารพโดยเข้าใจในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาด้วยประสบการณ์จริง ก็เท่ากับท่านได้แสดงความเคารพต่อธรรมะ จึงไม่มีอะไรผิด แต่ถ้าท่านเชื่อว่าการก้มกราบรูปเคารพในวัด มัสยิด หรือโบสถ์ จะช่วยให้ท่านหลุดพ้นจากความทุกข์แล้วล่ะก็ แสดงว่าท่านไม่ใช่เป็นนักวิปัสสนาที่ดี

เราไม่อาจบอกได้ว่าศาสนสถานที่ใดดีหรือไม่ดี กระแสสั่นสะเทือนที่เกิดขึ้นนั้น ขึ้นอยู่กับประเภทของผู้คนที่ไปที่นั่น เมื่อใดที่ท่านพัฒนาไปถึงขั้นที่สามารถจดจ่ออยู่แต่กับเวทนาภายในกายได้อย่างมั่นคงแล้ว ท่านก็จะเริ่มรับรู้ถึงกระแสสั่นสะเทือนจากภายนอกด้วย เช่น เวลาที่มีคนสองคนนั่งอยู่ตรงหน้าท่าน ซึ่งดูเผินๆ แล้วไม่มีอะไรแตกต่างกันเลย แต่คนหนึ่งกำลังถูกเผาไหม้ด้วยความทุกข์ที่อยู่ภายใน ขณะที่อีกคนมีแต่ความสงบเย็น ท่านจะรู้สึกได้ว่ามีความร้อนแผ่ออกมาจากคนๆ แรก และมีกระแสที่สงบเย็นออกมาจากอีกคน

นั่นเป็นพัฒนาการในขั้นที่สูงขึ้นไป แต่ทุกคนก็ต้องไปถึงขั้นนี้ และสามารถรับรู้ถึงกระแสสั่นสะเทือนของบรรยากาศที่อยู่รอบตัวได้

ท่านอาจารย์ของข้าพเจ้ามีวิธีการส่วนตัวที่จะวัดความก้าวหน้าในธรรมะของศิษย์ ที่ย่างกุ้งมีการแสดงจากสหรัฐอเมริกาชุดหนึ่งชื่อว่า "สเก็ตน้ำแข็งหฤหรรษ์ (Holiday On Ice)" ตอนนั้นขณะที่ข้าพเจ้ากำลังปฏิบัติอยู่ในหลักสูตร ท่านได้แนะนำให้บุตรชายของข้าพเจ้าซื้อบัตรทั้งครอบครัวไปเข้าชมการแสดงนี้ในวันที่ข้าพเจ้าจบหลักสูตร วันนั้นท่านอาจารย์บอกกับข้าพเจ้าว่า "โกเอ็นก้า ลูกๆ ของเธอซื้อตั๋วให้เธอไปดูโชว์ เธอควรจะไปกับพวกเขานะ"

ในใจข้าพเจ้านั้นคิดว่า "เราเพิ่งออกจากหลักสูตรสิบวัน แต่ตอนนี้ท่านอาจารย์กลับให้เราไปดูโชว์ที่มีหญิงสาวนุ่งน้อยห่มน้อยออกมาเต้นยั่วยวน ท่านคงต้องมีเหตุผลอะไรบางอย่างแน่" ข้าพเจ้าจึงยอมไป

เราได้ที่นั่งแถวหน้าสุด และทันทีที่นั่งลงข้าพเจ้าก็รู้สึกถึงบรรยากาศที่ปั่นป่วนมาก

จนเกิดอาการคลื่นเหียน อยากอาเจียน เราทนดูอยู่ได้ไม่เกินสองนาที

วันต่อมาเรากลับไปที่ศูนย์ฯ ท่านอาจารย์ถามข้าพเจ้าว่า "โกเอ็นก้า เธอชอบโชว์นั่นหรือเปล่า"

"อืม ท่านอาจารย์..."

"เธอรู้สึกอย่างไรบ้าง"

ข้าพเจ้าจึงเล่าประสบการณ์ให้ท่านฟัง

"สาธุ สาธุ สาธุ" ท่านอาจารย์กล่าว "ฉันให้เธอไปที่นั่น ก็เพื่อดูว่าเธอจะรับรู้ถึงกระแสสั่นสะเทือนที่เกิดขึ้นภายนอก ไม่ใช่เฉพาะแต่ภายในกายได้หรือไม่"

อีกครั้งหลังจากจบการอบรม ท่านอาจารย์บอกให้ข้าพเจ้าแวะไปที่เจดีย์ชเวดากองก่อนกลับบ้าน โดยให้ขึ้นบันไดไปกราบสักการะรูปเคารพในศาลแห่งหนึ่ง ท่านไม่เคยขอให้ข้าพเจ้าไปที่นั่นมาก่อน ข้าพเจ้าจึงรู้สึกสงสัยว่าท่านมีวัตถุประสงค์อะไร แต่ก็ตอบตกลงเพราะทราบดีว่าท่านคงไม่ได้ขอให้ไปที่นั่นโดยไร้เหตุผล เจดีย์ชเวดากองเป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ ที่มีพระเกศาธาตุขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประดิษฐานอยู่ ข้าพเจ้าเคยไปนั่งสมาธิในบริเวณที่สงบเงียบของที่นั่นหลายครั้ง จึงทราบว่ามีกระแสสั่นสะเทือนที่ดีมาก

แต่ครั้งนี้เกิดอะไรขึ้นกันนี่ ขณะที่ก้มกราบข้าพเจ้ากลับไม่สามารถเงยศีรษะขึ้นได้ มันเหมือนกับมีเหล็กเหลวร้อนๆ ราดลงมาที่สันหลังของข้าพเจ้า ข้าพเจ้ารู้สึกหนักอึ้งและเจ็บปวดมาก เป็นอย่างนี้อยู่วันเต็มๆ

เย็นวันถัดมาข้าพเจ้าไปพบท่านอาจารย์ ท่านถามข้าพเจ้าว่า "เมื่อวานเธอได้ไปที่เจดีย์ชเวดากองมาหรือเปล่า"

"ครับท่าน"

"แล้วเกิดอะไรขึ้น"

ข้าพเจ้าไม่ตอบ เพราะคิดว่าท่านอาจารย์นับถือศาสนาพุทธมาแต่กำเนิด หากพูดออกไป จะทำร้ายจิตใจท่านได้ แต่ท่านก็ยังรุกต่อข้าพเจ้าจึงต้องสารภาพความจริงว่า "ท่านอาจารย์ครับ จนถึงตอนนี้ผมยังก้มลงกราบไม่ได้เลยครับ เพราะที่หลังมันตึงเหลือเกิน"

"สาธุ สาธุ สาธุ ฉันส่งเธอไปที่นั่น ก็เพื่อจะดูว่าเธอรู้สึกอย่างไร คนที่ไปกราบสักการะในศาลนั้นล้วนแล้วแต่เต็มไปด้วยความโลภ พวกเขาอธิษฐานขอนั่นขอนี่ แล้วยกหินขึ้นเสี่ยงทาย ถ้าสามารถยกหินขึ้นได้ ก็แสดงว่าจะประสบความสำเร็จในสิ่งที่ขอ แต่ถ้าไม่สามารถยกหินขึ้นได้ ก็แสดงว่าจะไม่สมหวัง ฉะนั้นแล้วกระแสสั่นสะเทือนในบริเวณนั้นจะเป็นอะไรไปได้ นอกจากโลภะ"

นักวิปัสสนาที่ดีจะสามารถรับรู้ถึงความแตกต่างของกระแสสั่นสะเทือนในที่ต่างๆ หรือของบุคคลต่างๆ แต่นั่นไม่ใช่เรื่องที่จะนำมาพูดคุยกัน เพราะจะเป็นการเพิ่มพูนอัตตาตนเองได้ ถ้าท่านพบว่าสถานที่บางแห่งมีกระแสสั่นสะเทือนที่ไม่ดี ก็ไม่ต้องบอกใคร

แค่ยิ้มรับ แผ่เมตตา แล้วจากไป ไม่ว่าท่านจะไปวัด มัสยิด หรือโบสถ์ก็เช่นกัน ให้รับรู้ถึงกระแสสั่นสะเทือนที่เกิดขึ้น ถ้าเป็นกระแสสั่นสะเทือนที่ดี ก็เป็นเรื่องดี แต่ถ้าเป็นกระแสสั่นสะเทือนที่ไม่ดี ก็ไม่ต้องวิพากษ์วิจารณ์อะไร ให้แผ่เมตตาอย่างยิ้มแย้ม แล้วออกไป

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาควรจดจำไว้เสมอว่า การรักษาอุเบกขาต่อเวทนาภายในกายเท่านั้นที่จะนำเราไปสู่จุดหมายปลายทางได้

ถาม *ที่อินเดีย การท่องคำบริกรรมสวดมนต์ และการสร้างมโนภาพนั้น มีความสำคัญอย่างยิ่งกับการปฏิบัติสมาธิ แล้วเหตุใดท่านจึงเน้นย้ำว่าเราไม่ควรให้ความสำคัญกับเรื่องดังกล่าว แต่ควรให้ความสำคัญทั้งหมดกับลมหายใจและเวทนาที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ*

ท่านอาจารย์ เราไม่ได้ต่อต้านการท่องคำบริกรรมหรือการสร้างมโนภาพ วิธีการเหล่านี้ต่างก็มีคุณค่าในตัวเอง และเป็นเครื่องมือที่วิเศษในการทำสมาธิ ถ้าท่านสร้างมโนภาพเป็นรูปใดรูปหนึ่ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นรูปของผู้ที่ท่านมีความเลื่อมใสศรัทธาอย่างสูง จิตใจของท่านก็จะสงบเย็นลงและเป็นสมาธิ ในทำนองเดียวกัน ถ้าท่านท่องคำใดคำหนึ่งซ้ำๆ กัน จิตของท่านก็จะสงบและบริสุทธิ์ขึ้นด้วย แต่นั่นเป็นการชำระจิตเพียงแค่ในระดับพื้นผิวเท่านั้น เพราะยังคงมีความไม่บริสุทธิ์ต่างๆ นอนเนื่องอยู่ในระดับที่ลึกลงไป

เป้าหมายของการปฏิบัติวิปัสสนานั้นไม่ใช่เพื่อทำให้จิตเป็นสมาธิ หรือชำระจิตให้บริสุทธิ์แค่ในระดับพื้นผิว หากแต่เพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์ถึงในระดับที่ลึกที่สุด

คำทุกคำล้วนมีกระแสสั่นสะเทือนของตัวมันเอง โดยเฉพาะคำที่เป็นพีชมนต์ (มนต์พื้นฐาน) เมื่อท่านท่องไปบ่อยๆ เข้า ก็จะสร้างกระแสสั่นสะเทือนขึ้นมาห่อคลุมตัวท่านไว้ ซึ่งก็เป็นเรื่องที่ดีในระดับหนึ่ง เพราะมันจะทำหน้าที่เสมือนเกราะกำบังไม่ให้กระแสสั่นสะเทือนที่ไม่ดีมารบกวนท่าน แต่ความไม่บริสุทธิ์ที่ฝังรากลึกไม่มีโอกาสที่จะถูกขจัดออกไปได้ นอกจากนี้ ท่านยังจะไม่สามารถค้นพบได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับกายและจิตของท่าน ในขณะที่มีความไม่บริสุทธิ์ อย่างความโกรธ ความกลัว ความใคร่ หรืออัตตาเกิดขึ้น

ความไม่บริสุทธิ์ใดๆ ที่เกิดขึ้นในจิต ย่อมก่อให้เกิดเวทนาขึ้นที่ร่างกายด้วย เพราะกายและจิตนั้นมีความเชื่อมโยงจนส่งผลกระทบต่อกัน ถ้าจิตมีความคิดที่เป็นกุศล ท่านก็จะได้พบกับเวทนาที่น่าพอใจ แต่ถ้าจิตเต็มไปด้วยความขุ่นมัว ท่านก็จะได้พบกับเวทนาที่ไม่น่าพอใจ นี่เป็นกฎธรรมชาติ เมื่อความไม่บริสุทธิ์ในใจทำให้เกิดเวทนาที่ไม่สบายขึ้น ท่านก็มีปฏิกิริยาตอบโต้ต่อเวทนานั้นด้วยโทสะ แล้วปฏิกิริยาดังกล่าวก็จะก่อให้เกิดเวทนาที่ไม่น่าพอใจอีกแบบหนึ่งขึ้นมา จาก

นั้นท่านก็มีปฏิกิริยาต่อเวทนาที่เกิดขึ้นนี้อีก ฉะนั้น ปฏิกิริยาที่ท่านมีต่อความไม่บริสุทธิ์จึงได้เพิ่มพูนขึ้นเพราะเวทนาเหล่านี้ และเวทนาเหล่านี้ก็ทบทวีขึ้นเพราะความไม่บริสุทธิ์ นับเป็นจุดเริ่มต้นของวัฏจักรอันชั่วร้ายที่พอกพูนขึ้นเรื่อยๆ

พระบรมศาสดาทรงค้นพบว่า การจะยุติวงจรอันชั่วร้ายนี้ได้ ท่านต้องเฝ้าสังเกตเวทนาอย่างมีอุเบกขาโดยเข้าใจถึงความไม่เที่ยง ทั้งนี้ก็เพราะ *เวทะนาปัจจะยา ตัณหา* เวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงเกิด มิแต่เวทนาที่น่าพอใจทางกายเท่านั้นทำให้ท่านเกิดความชอบและยึดติดไปกับมัน ไม่ใช่อะไรอื่น ดูเผินๆ แล้วเหมือนท่านจะโหยหาสิ่งที่อยู่ภายนอกอย่างรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส แต่อันที่จริงยังมีช่องว่างระหว่างวัตถุภายนอกกับปฏิกิริยาที่ท่านตอบสนอง ซึ่งช่องว่างนี้เองที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบและตรัสรู้

ไม่ใช่ว่า *สฬายะตะนะปัจจะยา ตัณหา* เพราะมีอายตนะรับรู้เป็นปัจจัย ตัณหาจึงเกิด หากแต่เป็น *สฬายะตะนะปัจจะยา ผัสโส ผัสสะปัจจะยา เวทะนา เวทะนาปัจจะยา ตัณหา* เพราะมีอายตนะรับรู้เป็นปัจจัย ผัสสะจึงเกิด เพราะมีผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงเกิด เพราะมีเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงเกิด ช่องว่างที่ขาดหายไปนี้ถูกค้นพบโดยพระผู้มีพระภาคเจ้า ถ้าท่านไม่นำมันไปใช้ให้เป็นประโยชน์ ก็เท่ากับท่านไม่ได้ปฏิบัติตามคำสอนที่จะนำพาตัวท่านไปสู่จุดหมายปลายทาง

เมื่อผู้คนให้ความสำคัญกับกระแสสั่นสะเทือนที่สร้างขึ้นหรือภาพที่จินตนาการขึ้นมา เขาก็จะไม่สนใจความรู้สึกที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ แต่ถ้าเขาเริ่มสังเกตความรู้สึกที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เขาก็จะลงไปถึงส่วนลึกที่สุดของจิต และขจัดความไม่บริสุทธิ์ออกไปได้

เราไม่ได้มาที่นี่เพื่อวิพากษ์วิจารณ์ผู้ที่ใช้วิธีการท่องคำบริกรรมหรือสร้างมโนภาพ แต่สำหรับผู้ที่เชื่อมั่นว่าแนวทางที่ปฏิบัติอยู่นี้จะนำพาไปสู่จุดหมายปลายทางได้อย่างแน่นอนแล้ว ก็ต้องให้ความสำคัญกับเวทนา ไม่ว่าจะเป็นเวทนาที่น่าสบาย ไม่น่าสบาย หรือเฉยๆ ก็ให้เฝ้าสังเกตดูด้วยความเข้าใจในอนิจจัง และเมื่อความเข้าใจนี้แรงกล้าขึ้นเรื่อยๆ ท่านก็จะสามารถชำระจิตในระดับลึกจนกระทั่งไปสู่จุดหมายปลายทางที่อยู่เหนือเวทนาได้

ถาม *ท่านได้พูดถึงบทบาทหน้าที่ของพวกเรา รวมทั้งความสัมพันธ์ระหว่างธรรมบริกร กรรมการ และผู้ช่วยอาจารย์อยู่บ่อยครั้ง ท่านพอจะอธิบายเรื่องนี้อีกสักครั้งจะได้ไหมครับ*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าก็ยังคงพูดอย่างเดิมนั่นแหละ ผู้ที่เข้ามารับใช้ธรรมะโดยหวังผลตอบแทนทางวัตถุ หรือแม้แต่มีวัตถุประสงค์แอบแฝงเพื่อชื่อเสียงและตำแหน่งนั้น ไม่

เหมาะที่จะเป็นธรรมบริกร กรรมการ หรือผู้ช่วยอาจารย์เลย

เราควรมีความรักความเมตตาต่อผู้อื่นและรับใช้ธรรมะด้วยความรู้สึกกตัญญู รวมทั้งปรารถนาที่จะช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์ โดยไม่หวังผลตอบแทนใดๆ ไม่ว่าท่านจะทำงานในตำแหน่งไหนก็ไม่แตกต่างกัน ท่านต้องพยายามลดละอัตตาให้ได้มากที่สุด

ถ้าการรับใช้ของท่านทำให้เกิดอัตตาขึ้นแล้ว ก็ย่อมจะเป็นมลทินมัวหมอง ในเมื่อมันยังไม่อาจช่วยตัวท่านได้ แล้วมันจะไปช่วยผู้อื่นได้อย่างไรกัน ผู้ที่ป่วยไข้ย่อมไม่อาจช่วยผู้ที่ป่วยไข้ด้วยกันได้ ท่านต้องหายป่วยเสียก่อน จงให้ธรรมะช่วยเหลือท่าน และท่านค่อยๆ ชำระอัตตาออกไปได้แล้ว จากนั้นท่านจึงค่อยให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่น

และเมื่อท่านได้เริ่มเข้ามารับใช้ธรรมะแล้ว ถ้ายังถือความเห็นของตนเป็นใหญ่ ก็ควรสำนึกว่าขณะนี้ท่านยังไม่พร้อมที่จะรับใช้ธรรมะ แต่ควรจะปฏิบัติเพื่อลดละอัตตาให้มากที่สุด ก่อนที่จะกลับมารับใช้ธรรมะต่อไป ถ้าสำนึกนี้มาจากส่วนลึกของจิต ความสัมพันธ์ระหว่างธรรมบริกร ฝ่ายจัดการ กรรมการ และผู้ช่วยอาจารย์ก็จะเป็นไปอย่างราบรื่น

พระพุทธองค์ทรงกล่าวว่า ถ้ามีใครมาชี้ข้อบกพร่องของท่าน ก็จงขอบคุณเขา เพราะเขาได้ช่วยให้ท่านเห็นถึงขุมทรัพย์ที่ซ่อนอยู่ ท่านไม่รู้หรอกว่าขุมทรัพย์นี้มีประโยชน์เพียงใด ขอให้ขอบคุณทุกๆ คนที่ชี้ข้อผิดพลาดของท่าน แล้วสำรวจตัวเองดูว่า "มีหลายๆ คนเตือนฉันในเรื่องนี้ แสดงว่าฉันต้องเป็นอย่างนั้นจริงๆ ฉันไม่ควรจะแก้ตัว ควรจะกลับมาทบทวนตัวเอง และพยายามแก้ไขซะ" นั่นเป็นสิ่งที่ดีที่สุดที่ควรกระทำ

เป็นเรื่องยากที่จะบอกว่าคนๆ นั้นผิดหรือไม่ เพราะคนเราชอบเปรียบเทียบการกระทำของตนเองกับผู้อื่น แต่ถ้าท่านรู้สึกขุ่นเคืองที่มีคนมาวิพากษ์วิจารณ์ ก็ต้องมีอะไรที่ผิดพลาดอยู่ในตัวท่านจริงๆ การที่ท่านไม่อาจทนต่อคำวิจารณ์ได้ แสดงว่าธรรมะของท่านยังเปราะบางเหลือเกิน

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงต้องการให้เรามีชีวิตอยู่อย่างปรองดอง ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน ผู้ที่เป็นพุทธบุตรและพุทธบุตรีนั้นไม่เคยวิวาทกัน พวกเขาล้วนมีปิยจักขุหรือดวงตาที่เปี่ยมไปด้วยความรัก ความสัมพันธ์ของพวกเขาดุจดั่งขีรอุทก คือน้ำนมกับน้ำ ที่เมื่อหลอมรวมกันแล้ว ไม่อาจแยกจากกัน ฉะนั้นทุกๆ ท่านที่ช่วยงานธรรมะจึงควรจะเป็นเสมือนขีรอุทก คือน้ำนมกับน้ำ

ไม่ว่าท่านจะรับใช้ธรรมะในแบบไหน ท่านก็ยังคงเป็นนักวิปัสสนา ฉะนั้น จงปฏิบัติเพื่อชำระอัตตา ถ้าท่านทำเช่นนี้ได้ ความสัมพันธ์ก็จะเป็นไปอย่างกลมเกลียว ขอให้นำธรรมะไปใช้สร้างสรรค์สัมพันธภาพที่ดี

ถาม *การจัดอบรมหลักสูตรวิปัสสนาต้องมีค่าใช้จ่ายจำนวนมาก ทั้งในเรื่องของอาหาร ที่พัก ฯลฯ ฉะนั้นจะเป็นอะไรไหมคะ ถ้าหากจะมีการเรียกเก็บค่าอบรม*

ท่านอาจารย์ นั่นเป็นสิ่งที่ห้ามทำโดยเด็ดขาด ! ธรรมะไม่ใช่สินค้าที่จะมาซื้อขายกัน พระพุทธเจ้าไม่เคยขายธรรมะ ผู้คนพากันมาหาพระองค์ โดยที่พระองค์ไม่ทรงเคยเรียกร้องสิ่งใดเพื่อทำนุบำรุงอารามของพระองค์เองเลย แนวทางของเรานั้นต่อต้านการนำธรรมะมาเป็นสินค้าซื้อขาย ในตอนแรกอาจมีคนบอกว่า "เราจะเรียกเก็บเฉพาะค่าใช้จ่ายจริงๆ เท่านั้น" แต่แล้วก็จะเริ่มมีอย่างอื่นเพิ่มเข้ามา ไม่ช้าท่านจะเก็บค่าที่พัก ค่าน้ำ ค่าไฟ และค่าใช้จ่ายของอาจารย์ที่สอน อาจารย์คนนั้นคนนี้จะต้องใช้สิ่งนั้นสิ่งนี้... แล้วก็จะเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ

ข้าพเจ้ามักได้ยินอยู่บ่อยๆ ว่า ถ้าเราเรียกเก็บค่าอบรม ก็จะช่วยให้ศูนย์ฯ ดำเนินงานต่อไปได้อย่างราบรื่นโดยไม่เดือดร้อน ข้าพเจ้าจึงตอบว่า "มีการจัดอบรมวิปัสสนาไปทั่วโลกทั้งในศูนย์ฯ และนอกศูนย์ฯ แล้วทำไมเรายังอยู่ได้ เราอยู่ได้ก็เพราะมีศิษย์บริจาค เมื่อผู้คนเห็นว่ามีประโยชน์ ก็รู้สึกว่าอยากจะให้ ซึ่งไม่เหมือนกับการจ่ายค่าอบรมหรือค่าโรงแรม เพราะมาจากความรู้สึกที่เมตตาและปรารถนาจะให้ผู้อื่นได้ปฏิบัติ"

ถ้าท่านเริ่มเก็บค่าใช้จ่ายสำหรับอาหารและที่พักแม้เพียงเล็กน้อย ก็เท่ากับท่านได้ปิดหนทางของคนยากคนจนไม่ให้มาเข้าปฏิบัติ บางคนอาจเป็นผู้หาเลี้ยงคนเดียวในบ้าน ซึ่งรายได้ในแต่ละวันก็จุนเจือได้แค่อาหารเพียงสองมื้อของครอบครัว การมาเข้าปฏิบัติที่นี่เป็นเวลาสิบวันจึงถือเป็นการเสียสละที่ยิ่งใหญ่ ถ้าท่านยังต้องการให้คนเหล่านี้เสียค่าใช้จ่ายในการอบรมอีก ก็เท่ากับท่านได้สร้างกำแพงขวางกั้นพวกเขาเสียแล้ว

การเรียกเก็บเงินไม่ใช่ธรรมะ ไม่ใช่คำสอนของพระผู้มีภาคเจ้า ธรรมะไม่ได้จำกัดอยู่แค่เฉพาะผู้ที่มั่งมีเท่านั้น แต่สำหรับผู้ที่ทุกข์ยากทุกคน

ถ้าท่านไม่สร้างกำแพงนี้ ธรรมะก็จะดูแลจัดการทุกอย่างเอง ดูสิว่าธรรมะเผยแผ่ไปได้อย่างไร เราจะเห็นว่าถึงแม้ไม่มีการเรียกเก็บเงิน ธรรมะก็ยังเจริญออกไปได้ และเจริญงอกงามเสียด้วย นี่แหละที่ทำให้ธรรมะยังคงความบริสุทธิ์ต่อไปได้ บ่อยครั้งมีผู้เข้าปฏิบัติถึง 25 %หรือ 50 % กลับออกไปโดยที่ไม่ได้บริจาคอะไรเลย แต่ก็ไม่เป็นไร เรายังมีเงินเข้ามา และธรรมะก็ยังคงดำเนินต่อไปได้ นี่คือวิถีทางที่ถูกต้องในการสอนธรรมะ

ข้าพเจ้าไม่สนับสนุนให้มีการเรียกเก็บค่าอบรมใดๆ ทั้งในขณะนี้หรือในภายภาคหน้า ผู้ที่สอนธรรมะรุ่นต่อๆ ไปควรจะระมัดระวัง

ให้มาก อย่าตกไปในหลุมพรางของมาร จงระวัง อย่าตกเป็นเหยื่อของมาร

ถาม *บางครั้งในกรณีของคู่สามีภรรยา มีคนหนึ่งมาเข้าปฏิบัติวิปัสสนา แต่อีกคนไม่มา ควรจะทำอย่างไรดีครับ*

ท่านอาจารย์ ท่านไม่ควรจะบังคับให้คู่ชีวิตของท่านเดินบนเส้นทางของธรรมะ การกดดันไม่ช่วยอะไร ทางเดียวที่ช่วยได้คือ มีเมตตาต่อเขาให้มากๆ พฤติกรรมของท่านจะแสดงให้เห็นว่า ธรรมะได้ช่วยเหลือท่านอย่างไร แล้วเขาจะคิดได้ว่า "คู่ของฉันเคยใจร้อนมากๆ แต่หลังจากที่ได้ปฏิบัติวิปัสสนาแล้ว กลับใจเย็นลง จากคนที่เคยเอาแต่ใจตัวเอง ตอนนี้ก็ลดน้อยลง" มีเพียงวิธีนี้เท่านั้นที่จะทำให้คู่ครองของท่านหันมาสนใจธรรมะ ไม่มีวิธีอื่น

ถาม *บางครั้งสามีภรรยาปฏิบัติวิปัสสนาด้วยกันทั้งคู่ แต่ก็ยังทะเลาะกัน จะทำอย่างไรดีครับ*

ท่านอาจารย์ แสดงว่าพวกเขาไม่ใช่นักวิปัสสนา สักแต่ว่าปฏิบัติวิปัสสนาเป็นพิธีๆ ไปอย่างนั้น ถ้าทั้งคู่เป็นนักปฏิบัติจริงๆ แล้วล่ะก็ จะทะเลาะกันได้อย่างไร วิปัสสนามีแต่จะช่วยให้เรามีชีวิตอยู่อย่างกลมเกลียว ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน นี่เป็นมาตรวัดอย่างหนึ่งที่ชี้ว่าคนๆ นั้นมีความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมจริงๆ หรือไม่

ถาม *ในบางพื้นที่ของอินเดียมีความปั่นป่วนวุ่นวายอย่างมาก นอกจากนี้ ทั่วโลกก็ยังเต็มไปด้วยความรุนแรง วิปัสสนาจะช่วยแก้ปัญหานี้ได้หรือไม่*

ท่านอาจารย์ วิปัสสนาเป็นหนทางเดียวที่จะแก้ปัญหานี้ได้ ไม่เฉพาะแต่ในอินเดีย ยังรวมไปถึงทั่วทั้งโลกด้วย ความรุนแรงดังกล่าวเกิดขึ้นในที่ที่มีความไม่บริสุทธิ์ อย่างเช่น ความโกรธ เกลียด เคียดแค้นชิงชัง ฝังลึกอยู่ในจิตใจของผู้คน ซึ่งก็มีเหตุใดเหตุหนึ่งทำให้มันปะทุออกมา ถ้าจิตใจเต็มไปด้วยความขุ่นมัว มันก็จะนำไปสู่ความรุนแรงและการทำร้ายผู้อื่น

เราทุกคนต้องการให้โลกมีสันติสุข แต่นั่นจะเกิดขึ้นได้อย่างไร ไม่ว่าจะมีการเทศน์สั่งสอน ลงโทษ หรือต่อต้านความรุนแรงเพียงใด ก็ยังไม่อาจแก้ปัญหานี้ได้ มีเพียงหนทางเดียวคือ ต้องจัดการกับปัญหาของบุคคลแต่ละคนด้วยวิปัสสนา

สังคมนั้นประกอบไปด้วยบุคคลแต่ละคน หากท่านต้องการจะเปลี่ยนแปลงโลกทั้งโลก โดยละเลยบุคคลแต่ละคนไป ท่านจะไม่มีทางประสบผลสำเร็จได้เลย ถ้าป่าทั้งป่าเหี่ยวเฉา แล้วท่านต้องการเห็นมันเขียวชอุ่มชุ่มชื่น ท่านก็ต้องรดน้ำไปที่รากของต้นไม้ทุกต้น เมื่อแต่ละต้นเริ่มมีชีวิตชีวา ป่าทั้งป่าก็จะเขียวขจี เช่นเดียวกัน ท่านต้องแก้ปัญหาที่ในระดับปัจเจกบุคคล แม้จะต้องใช้เวลาก็ตาม ไม่มีทางอื่น วิปัสสนาเป็นคำตอบเดียว

เท่านั้น

จงเฝ้าดูวิปัสสนาแผ่ขยายไป เราต้องมีเมตตา ไม่ใช่จงเกลียดจงชังผู้ที่อยู่ในความทุกข์ อย่างผู้ก่อการร้าย ผู้ที่ใช้ความรุนแรง พวกเขาต้องการวิปัสสนา ถ้าพวกเขาได้ปฏิบัติวิปัสสนา ก็จะเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นอย่างแน่นอน

คนจำนวนมากเปลี่ยนแปลงไปหลังจากที่ได้มาเข้าอบรมวิปัสสนา ทั้งนี้ก็เพราะผลของธรรมะ และเมื่อมีความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในบุคคลแต่ละคนแล้ว สังคมก็ย่อมจะเปลี่ยนแปลงไปด้วย แม้จะมีผู้คนในสังคมเพียง 10 % ที่มาปฏิบัติ แล้วทำให้ความบริสุทธิ์ ความปรารถนาดี และความมีเมตตาเป็นที่ประจักษ์ชัด พวกเขาก็จะเริ่มดึงดูดผู้คนมากขึ้นๆ ให้เข้ามา แล้วสังคมทั้งหมดก็จะค่อยๆ เปลี่ยนแปลงไป นี่เป็นหนทางเดียวเท่านั้น ❖



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

13 มกราคม 2534

ถาม–ตอบ

ถาม *ธรรมคีรีกำลังขยายตัวอย่างรวดเร็ว นอกจากจะมีการจัดการอบรมหลักสูตรต่างๆ แล้ว ตอนนี้เรายังมีสถาบันวิจัยวิปัสสนา แผนกคอมพิวเตอร์ แผนกภาษาบาลี รวมทั้งงานก่อสร้างอีกไม่น้อย ในบรรดางานทั้งหลายเหล่านี้ อย่างไหนที่เป็นหน้าที่สำคัญที่สุดของศูนย์ปฏิบัติธรรมครับ เราควรให้ความสำคัญกับเรื่องไหนเป็นอันดับแรก ใครเป็นผู้ที่มีความสำคัญที่สุดในศูนย์ฯ ครับ*

ท่านอาจารย์ งานหลักๆ ที่ศูนย์ปฏิบัติธรรมทุกศูนย์ของเราทั่วโลกต้องทำคือ การอบรมวิปัสสนา แต่ธรรมคีรีถือเป็นศูนย์กลาง เป็นศูนย์ที่มีความสำคัญที่สุด เราจึงมีกิจกรรมอย่างอื่นด้วย นั่นคือ การทำวิจัยในเรื่องปริยัติ ซึ่งเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า

ในด้านที่เป็นทฤษฎีของธรรมะนั้นยังมีความสับสนอยู่มาก เช่น มีหนังสือที่ผู้ไม่เคยปฏิบัติธรรมเขียนขึ้น โดยประกอบไปด้วยคำแปลพระพุทธพจน์ที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งเราก็พบว่าการตีความที่ผิดพลาดนี้ได้สร้างความสับสนขึ้นในจิตใจของผู้ปฏิบัติ สำหรับผู้ปฏิบัติวิปัสสนาที่มีศรัทธาเต็มเปี่ยมในคำสอน จึงไม่จำเป็นต้องไปศึกษาปริยัติเพื่อให้เกิดแรงบันดาลใจ หรือเพื่อคำแนะนำเพิ่มเติม แต่ถ้าผู้ปฏิบัติไปพบหนังสือที่มีการแปลคำสอนของพระพุทธองค์แตกต่างไปอย่างสิ้นเชิง ก็จะเกิดความสับสนขึ้นในจิตใจอย่างแน่นอน ซึ่งย่อมส่งผลต่อความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมของเขา

ด้วยเหตุนี้ เราจึงเห็นถึงความจำเป็นในการก่อตั้งสถาบันวิจัยวิปัสสนาขึ้นมา เพื่อส่งเสริมคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าในด้านการปฏิบัติ สถาบันแห่งนี้จะทำงานวิจัยครอบคลุมพระพุทธพจน์ อรรถกถา และฎีกา อีกทั้งยังจะจัดพิมพ์คำอธิบายที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติด้วย งานวิจัยดังกล่าวไม่ได้มีวัตถุประสงค์อื่นใด นอกจากจะทำให้เกิดความกระจ่างในวิธีการปฏิบัติวิปัสสนา และเพื่อช่วยให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจว่าปริยัติคืออะไร ทั้งนี้มิได้หมายความว่า กิจกรรมของศูนย์ในด้านการอบรมวิปัสสนาจะย่อหย่อนลงไป การปฏิบัติวิปัสสนาจะยังคงเป็นกิจกรรมที่

สำคัญที่สุดเสมอ

งานวิจัยนี้ไม่ควรทำกันทุกศูนย์ แต่เนื่องจากธรรมคีรีอยู่ในสถานะพิเศษ มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสม และอาณาบริเวณที่กว้างขวาง โดยได้มีการกันพื้นที่ส่วนหนึ่งออกไปเพื่อทำงานวิจัยนี้

ฉะนั้น การฝึกปฏิบัติตามแนวทางนี้จึงยังคงมีความสำคัญสูงสุดเสมอ เมื่อเทียบกับกิจกรรมอื่นๆ ภายในศูนย์ เรื่องที่มีความสำคัญลำดับต่อมาก็คือการรับใช้ธรรมะ อย่างไรก็ตามถ้ามีผู้ใดประสงค์จะบริจาคเงินช่วยเหลือตามโครงการที่ได้ประกาศไว้ เช่น การจัดพิมพ์หนังสือ หรือการทำวิจัยเฉพาะเรื่อง หรือการก่อสร้างอาคารภายในศูนย์ฯ ก็ควรจะนำไปใช้ให้ตรงตามวัตถุประสงค์นั้นๆ เราต้องไม่ไปบีบบังคับใครว่า "ท่านควรจะบริจาคเงินเพื่ออย่างนั้นหรืออย่างนี้ เรื่องนี้สำคัญกว่า เรื่องนั้นสำคัญกว่า" ต้องแล้วแต่ความตั้งใจของผู้บริจาคเอง เช่นเดียวกันกับการรับใช้ธรรมะ ก็ต้องเป็นไปตามความสมัครใจของธรรมบริกร บางคนอาจรู้สึกสบายใจหรือมีความสุขกับการได้รับใช้ธรรมะในหลักสูตร แต่บางคนอาจถนัดในเรื่องของหนังสือ ก็ควรจะให้เขารับใช้ในเรื่องนั้นๆ

การปฏิบัติธรรมจะยังคงเป็นภารกิจที่สำคัญที่สุดขององค์กรเสมอ ด้วยเหตุนี้ ผู้ปฏิบัติจึงเป็นผู้ที่สำคัญที่สุด เราทุกคนมาที่นี่ก็เพื่อรับใช้ผู้ปฏิบัติ หากปราศจากพวกเขาแล้ว ก็คงจะไม่มีการประชุมเช่นนี้ อาคารต่างๆ เหล่านี้ก็คงจะไร้ประโยชน์ ฉะนั้น ผู้ที่มีความสำคัญที่สุดก็คือผู้ปฏิบัติ

ถาม *การรักษาศีลให้บริสุทธิ์ในเขตแดนของธรรมะนั้นมีความสำคัญอย่างไร ถ้าปล่อยให้มีการทำผิดศีลในเขตแดนของธรรมะแล้วจะพูดเพียงแค่ว่า "ธรรมะจะคุ้มครอง" ได้หรือคะ*

ท่านอาจารย์ ธรรมะจะไม่คุ้มครองหรอก ธรรมะจะคุ้มครองแต่ผู้ที่รักษาธรรมะเท่านั้น ถ้าคนๆ นั้นไม่รักษาธรรมะ ธรรมะก็ไม่คุ้มครอง ทุกคนที่อาศัยอยู่ในเขตแดนของธรรมะ จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องปกปักรักษาธรรมะในตัวเอง แล้วธรรมะก็จะคุ้มครองเขาเหล่านั้น ถ้าท่านทำผิดศีล ไม่ว่าจะในที่ไหนๆ ก็ผิดทั้งนั้น กฎของธรรมชาติจะลงโทษท่านเอง แต่สำหรับในเขตแดนของธรรมะ โทษที่ท่านได้รับจะยิ่งรุนแรง เพราะนอกจากท่านจะทำผิดศีลแล้ว ยังได้ทำลายบรรยากาศที่ดีของธรรมะรอบๆ ตัว และทำร้ายผู้คนจำนวนมาก โดยไปขวางความเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติของพวกเขาด้วย

ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า *ธัมโม หะเว รักขะติ ธัมมะจาริง* ธรรมะย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม มิใช่ผู้ที่ไม่ประพฤติธรรม ธรรมะก็เปรียบเสมือนดาบสองคม สำหรับผู้ที่ประพฤติธรรม ธรรมะจะช่วยขจัดปัดเป่าอุปสรรคและความยากลำบากทั้งหลาย ตลอดจนผู้ที่คิดร้าย ไม่

ให้มาแผ้วพานคนๆ นั้น แต่สำหรับผู้ที่ไม่ประพฤติธรรม ดาบที่ว่านี้จะกลับมาเชือดเฉือนตัวของเขาเอง เราจึงต้องระมัดระวังอย่างยิ่ง ต้องปกปักรักษาธรรมะในเขตแดนของธรรมะ

ถาม *ดูเหมือนจะมีผู้ปฏิบัติจำนวนมากที่ไม่ได้ปฏิบัติต่อ หลังจากที่เข้าอบรมครั้งแรกไปแล้ว จึงดูราวกับว่าพวกเขาได้สูญเสียโอกาสวิเศษที่ได้พบกับธรรมะอันบริสุทธิ์ไปเปล่าๆ เราจะทำอย่างไรกับเรื่องนี้ดีคะ*

ท่านอาจารย์ เป็นเรื่องโชคร้ายอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่ได้รับอัญมณีล้ำค่านี้ แล้วไม่ได้นำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ตลอดทั้งชีวิต แต่เราจะทำอย่างไรกับเรื่องนี้ได้ล่ะ เราได้ให้อัญมณีล้ำค่านี้แก่ผู้ที่มาเข้าปฏิบัติด้วยความรักความเมตตาแล้ว เป็นเรื่องของเขาที่จะนำไปใช้ประโยชน์ ไปปฏิบัติต่อ และพัฒนาธรรมะให้ก้าวหน้าจนได้รับประโยชน์สูงสุด เราทำได้ก็เพียงแต่คอยให้กำลังใจเขาเท่านั้น

ถาม *มีสถาบันการเงินหลายแห่งที่ปล่อยกู้ให้กับกลุ่มต่างๆ ที่ดำเนินกิจกรรมที่เป็นอันตราย เช่น ผลิตอาวุธ ผลิตยาฆ่าแมลงยาปราบศัตรูพืช และการทดลองเคมีกับสัตว์ เป็นต้น ไม่กี่ปีมานี้ได้มีการจัดตั้งที่เรียกว่ากองทุนเพื่อจริยธรรมขึ้นหลายแห่ง ซึ่งปล่อยกู้ให้เฉพาะกลุ่มที่จะนำเงินไปใช้ภายใต้เงื่อนไขของจรรยาบรรณที่ทางกองทุนได้กำหนดไว้ ผลตอบแทนที่ได้รับจากการลงทุนในกองทุนนี้อาจมีมูลค่าเทียบเท่า หรือไม่เทียบเท่ากับการลงทุนในสถาบันที่ใหญ่กว่า หากมีการนำเงินบริจาคไปลงทุน เราควรจะลงทุนกับกองทุนเพื่อจริยธรรม แม้จะได้รับผลตอบแทนที่ต่ำกว่าเล็กน้อย หรือว่าควรจะลงทุนโดยมุ่งผลตอบแทนทางการเงินสูงสุด ให้ได้เงินมากขึ้นมาใช้ในการอบรมวิปัสสนาเพื่อขจัดความทุกข์ที่ฝังรากลึกครับ*

ท่านอาจารย์ ในปัจจุบันนี้ข้าพเจ้าคิดว่าเราไม่มีเงินจะไปลงทุนที่ไหนหรอก เพราะเราต้องนำเงินที่ได้มา ไปใช้ในการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ที่มีอยู่มากมาย แต่ถ้าสมมติว่าหลังจากนี้ไปแล้ว ท่านมีเงิน และนำดอกเบี้ยจากเงินก้อนนี้มาบำรุงองค์กร นั่นก็จะต้องโยงใยมาถึงปัญหาข้อนี้ ในแง่ของธรรมะ เราจึงต้องระมัดระวังให้มาก ถ้าเรารู้แน่ชัดว่ากำลังจะนำเงินไปลงทุนในโรงงานอุตสาหกรรม หรือกิจการที่เกี่ยวข้องกับมิจฉาชีพ เช่น การผลิตอาวุธ กระสุนปืน หรือสุรา ก็ต้องถอนทุนก้อนนั้นออกมา เราจะต้องไม่สนับสนุนสิ่งเหล่านี้

แต่ก็มีสถาบันการเงินที่ปล่อยกู้ให้กับบุคคลทั่วไป ซึ่งบางคนอาจมีอาชีพที่ไม่สุจริต นั่นคงเป็นเรื่องยากที่จะไปตรวจสอบทุกคนที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับสถาบันที่เราลงทุน แน่นอนว่าเราอยากจะลงทุนกับสถาบัน หรือผู้ที่จะนำเงินนี้ไปใช้ในทางสัมมาอาชีพ ไม่ใช่มิจฉาชีพ ฉะนั้น จึงไม่ควรมุ่งแต่จะหาเงินเพียงเท่านั้น ต้องส่งเสริมธรรมะด้วย ถ้าเราทำลายธรรมะ

หรือสนับสนุนให้คนทำผิดศีลแล้ว นั่นย่อมไม่ใช่ธรรมะ ถึงแม้เราจะหาได้เงินมากก็ตาม ดังนั้น ถ้าเรารู้ว่าเงินของเราถูกนำไปลงทุนในองค์กรที่กำลังใช้เงินนี้ทำร้ายผู้อื่นแล้วล่ะก็ต้องถอนเงินทุนออกมา แต่ถ้าไม่ใช่ ก็ไม่ควรทำอะไรที่สุดโต่งจนเกินไป เพราะจะไม่เกิดประโยชน์

ถาม *เรารู้สึกว่ากระแสเมตตานั้นมีพลังจากประสบการณ์ทั่วไป เวลาที่เราได้พบกับผู้ที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ จะรู้สึกถึงความสงบร่มเย็น เรื่องนี้เกี่ยวข้องกับความเชื่อในการทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้แก่ผู้ที่อยู่ในอบายภูมิ ซึ่งอาจเคยเป็นบรรพบุรุษหรือเพื่อนฝูงของเราอย่างไรบ้างคะ ท่านจะอธิบายปรากฏการณ์นี้ในแง่ของธรรมะอย่างไร*

ท่านอาจารย์ ที่ท่านพูดว่ากระแสเมตตามีพลังนั้น มีพลังอย่างไร ถ้าจิตของเราบริสุทธิ์แล้วเราแผ่เมตตาออกไป กระแสนี้ก็จะไปถึงทั่วทุกหนทุกแห่ง ไม่ว่าจะในโลกนี้หรือโลกไหน ภพภูมิที่ต่ำกว่าหรือสูงกว่า ถ้าเราเจาะจงแผ่ไปให้ผู้ใดผู้หนึ่ง ก็จะไปถึงผู้นั้นและเมื่อเขาได้รับแล้ว ก็จะรู้สึกเป็นสุขอย่างมาก เพราะกระแสนี้เป็นกระแสของธรรมะของความสงบสุขร่มเย็น

เวลาที่เราบริจาคอะไรในนามของผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว พร้อมกับอธิษฐานว่า “ขอให้เขาจงมีส่วนในบุญกุศลครั้งนี้ของฉันด้วยเถิด” ความตั้งใจที่เปี่ยมด้วยเมตตาของท่านย่อมจะไปถึงคนผู้นั้น และทำให้เขาได้พบกับความปีติยินดี และเนื่องจากกระแสนี้อยู่บนพื้นฐานของธรรมะ จึงอาจจะมีเหตุบางอย่างชักนำให้เขาได้เข้ามาพบกับธรรมะ ไม่ว่าจะในชาตินี้หรือชาติหน้าก็ตาม นั่นเท่ากับว่าเราได้ช่วยเหลือผู้ที่อยู่ในภพภูมิต่ำกว่า หรือแม้กระทั่งสูงกว่า

แล้วตอนนี้ท่านได้บริจาคอะไรเล่า ท่านได้บริจาคสิ่งที่ดีที่สุดที่มีอยู่ ซึ่งนั่นก็คือการปฏิบัติของท่านเอง ฉะนั้น หลังจากที่เสร็จสิ้นการปฏิบัติในตอนท้ายของการอบรม หรือนั่งปฏิบัติประจำวัน ขอให้ท่านระลึกถึงบุคคลที่ท่านรักซึ่งได้ล่วงลับไปแล้ว “ฉันขออุทิศบุญกุศลนี้ให้แก่ท่าน” นี่คือความเมตตาของท่านแล้วกระแสที่ส่งไปถึงเขา ก็จะนำพาเอาพลังของธรรมะไปด้วย เพราะท่านได้ปฏิบัติและแบ่งปันการปฏิบัติของท่านให้กับเขา นี่จึงเป็นประโยชน์อย่างมาก

ถาม *ในทางธรรมะนั้นเน้นย้ำเรื่องการดำเนินชีวิตที่เรียบง่ายและปล่อยวาง แล้วในโลกปัจจุบันผู้ครองเรือนควรจะทำอย่างไรคะ*

ท่านอาจารย์ ยิ่งท่านให้ความสำคัญกับการปล่อยวางมากเท่าไร ความเรียบง่ายก็จะตามมาเอง แต่ไม่ควรไปมุ่งที่ความเรียบง่าย มิฉะนั้นแล้วจะทำให้ธรรมะเสื่อมถอยได้ เพราะจะมีคนประเภทหนึ่งที่ต้องการเพียงแค่อวดว่า “ดูสิ ฉันมีความเป็นอยู่ที่เรียบง่ายเพียงใด” แต่ลึกๆ แล้วยังมีความยึดมั่นถือมั่น

ในทรัพย์สมบัติและความมั่งคั่งอยู่ ซึ่งไม่มีทางที่จะพาเขาไปสู่ความหลุดพ้นได้เลย ฉะนั้นเป้าหมายของธรรมะจะต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาการปล่อยวาง เมื่อรู้จักปล่อยวางมากขึ้น ก็จะไม่สนใจสิ่งเหล่านี้อีกต่อไป แล้วความเรียบง่ายก็จะเกิดขึ้นเอง แต่ถ้ายึดเอาความเรียบง่ายเป็นเป้าหมาย ก็จะกลายเป็นการแสดงอวดโอ้เท่านั้น ที่สำคัญกว่าคือการชำระจิตให้บริสุทธิ์ด้วยการปล่อยวาง

ถาม *ท่านเคยอธิบายถึงความแตกต่างระหว่างธรรมะกับลัทธินิกายมาหลายครั้งแล้ว ได้โปรดช่วยขยายความเรื่องนี้อีกสักครั้ง ดูเหมือนว่าพิษร้ายจากการถือศาสนาแบบลัทธินิกายอย่างเคร่งครัด กำลังจะทำลายล้างอารยธรรมความเจริญทั้งหมดของมนุษยชาติ เราจะป้องกันเรื่องนี้ได้หรือไม่ครับ*

ท่านอาจารย์ ได้สิ เป็นหน้าที่ของเราที่จะอธิบายให้ผู้คนทั้งหลายเข้าใจว่า อะไรคือธรรมะ และอะไรคือลัทธินิกาย นับเป็นความโชคร้ายอย่างยิ่ง ที่เมื่อไรก็ตามที่ธรรมะอันบริสุทธิ์บังเกิดขึ้น ในไม่ช้ามันก็จะเสื่อมถอยไปเป็นลัทธินิกาย ฉะนั้น เราจะต้องชี้ให้เห็นถึงความแตกต่างของทั้งสองสิ่งนี้อย่างชัดเจน เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดความหายนะไปทั่วทั้งโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศเช่นอินเดีย ที่มีการแบ่งแยกของลัทธินิกายจำนวนมาก และมีความขัดแย้งกันอย่างสูง แต่ปัญหานี้ก็เกิดขึ้นทั่วทุกแห่งไม่ในแบบใดก็แบบหนึ่ง

สำหรับผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาย่อมจะเข้าใจชัดว่าธรรมะคืออะไร ธรรมะก็คือกฎของธรรมชาติ ซึ่งเป็นสากลเสมอ กฎของธรรมชาติย่อมเป็นสากล ขณะที่การแบ่งแยกลัทธินิกายไม่มีทางที่จะเป็นสากลได้เลย ทั้งสองสิ่งนี้จึงแตกต่างกัน ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาจะกระจ่างแจ้งขึ้นเรื่อยๆ ว่า "ดูซิ เวลาที่มีกิเลสเกิดขึ้นในใจ ธรรมชาติจะเริ่มลงโทษเราในทันที ไม่ต้องรอไปถึงชาติหน้าหรอก เช่นเดียวกัน เวลาที่เราชำระจิตให้บริสุทธิ์ ก็จะได้รับผลตอบแทนในทันที นี่แหละคือกฎของธรรมชาติหรือธรรมะ"

ถ้าเราประพฤติดีทั้งกาย วาจา ใจ ก็เท่ากับว่าเรากำลังก้าวเดินอยู่บนหนทางธรรมอย่างแน่นอน เพราะเราได้รับผลดีตอบแทน และก็ได้ช่วยเหลือผู้อื่นด้วย มิฉะนั้นแล้วเราก็จะได้รับผลร้าย และเริ่มทำร้ายผู้อื่น เราต้องแยกแยะความแตกต่างง่ายๆ ระหว่างธรรมะกับลัทธินิกายนี้ให้ได้มากขึ้นเรื่อยๆ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจะประจักษ์ชัดว่า สิ่งเดียวที่จะชี้วัดว่าตนมีความก้าวหน้าในการปฏิบัติจริงหรือไม่ ก็คือความยึดมั่นในลัทธินิกาย ความเชื่อในปรัชญา การบูชาและประกอบพิธีกรรม ตลอดจนการเฉลิมฉลองในลัทธินิกายหรือศาสนา และอื่นๆ ได้ลดลงหรือไม่ ถ้ายังมีความยึดมั่นถือมั่นเหล่านี้อยู่อย่างเหนียวแน่น เขาอาจคิดว่า "ฉันกำลังก้าวหน้าในวิปัสสนา" แต่แท้จริงแล้วเขาไม่ได้ก้าวหน้าเลย มิฉะนั้น

แล้วความยึดมั่นถือมั่นทั้งหลายก็ย่อมจะหมดไป โดยไม่ต้องใช้ความพยายามใดๆ เพราะเขาได้เริ่มเข้าใจแล้วว่าธรรมะที่เป็นสากลจริงๆ นั้นคืออะไร

เรื่องนี้จะไปบังคับกะเกณฑ์กันไม่ได้ เราไม่สามารถคาดหวังให้คนทั้งโลกมาปฏิบัติวิปัสสนาได้หรอก ทางออกที่แท้จริงจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อพวกเขาได้เริ่มประจักษ์แจ้งในกฎธรรมชาติ ซึ่งจะแจ่มชัดได้ด้วยการปฏิบัติเท่านั้น สำหรับในส่วนของเรา ก็คอยอธิบายให้ผู้คนรู้ว่าธรรมะคืออะไร ลัทธินิกายคืออะไร พร้อมทั้งส่งเสริมให้พวกเขามาเข้าปฏิบัติและเห็นแจ้งด้วยตนเอง

ถาม *มีหลักการพื้นฐานอย่างไรบ้างครับที่จะสร้างความสมัครสมานระหว่างผู้ช่วยอาจารย์ กรรมการ และธรรมบริกรในองค์กรธรรมะที่กำลังขยายตัวอย่างรวดเร็ว*

ท่านอาจารย์ หนทางที่ดีที่สุดเพียงอย่างเดียวสำหรับผู้ช่วยอาจารย์ กรรมการ และธรรมบริกร ก็คือการปฏิบัติ นี่เป็นคำตอบเดียวเท่านั้น ไม่มีทางอื่น ถ้าเราละทิ้งการปฏิบัติ หรือให้ความสำคัญกับการปฏิบัติน้อยลง โดยไปให้ความสำคัญกับตำแหน่งอำนาจหน้าที่ของตัวเองมากกว่า ความเสื่อมถอยในธรรมะนี้ก็จะเริ่มทำร้ายองค์กรทั้งหมด ผู้ที่ได้รับแต่งตั้งให้เป็นผู้ช่วยอาจารย์อาวุโสหรือผู้ช่วยอาจารย์ จะต้องมีความรู้สึกที่อ่อนน้อมถ่อมตนอยู่เสมอว่า "ที่ฉันได้รับมอบหมายงานนี้ ก็เพื่อรับใช้ธรรมะและพัฒนาบารมีของตัวเองเท่านั้น มิใช่มาเพื่อคอยชี้นิ้วบงการใคร หรือเพื่อคุยว่าฉันเหนือกว่าคนอื่นๆ เพราะได้นั่งอยู่บนอาสนะที่สูงกว่า"

ท่านนั่งอยู่บนอาสนะที่สูงกว่าก็เพื่อจะรับใช้ผู้อื่นเท่านั้น มิใช่เพื่อพอกพูนอัตตาตนเอง ผู้ช่วยอาจารย์อาวุโสและผู้ช่วยอาจารย์ทุกท่านควรรู้สึกขอบคุณผู้ที่มาเข้าปฏิบัติทุกคน เพราะพวกเขากำลังช่วยให้ท่านได้พัฒนาบารมีของตัวท่านเอง ถ้าหากปราศจากพวกเขาแล้ว ท่านจะรับใช้ธรรมะ จะให้ธรรมทานนี้ได้อย่างไร ฉะนั้น ต้องขอบคุณพวกเขาให้มาก เป็นเรื่องที่ผู้นั่งบนธรรมาสน์จะต้องระลึกถึงอยู่เสมอ

สำหรับผู้ปฏิบัติอื่นๆ ที่เป็นกรรมการ ธรรมบริกร หรือผู้เข้าอบรม ก็ต้องให้ความเคารพแก่ผู้ที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์ด้วย เพราะเขาเป็นเสมือนตัวแทนของครูบาอาจารย์ หากท่านรู้สึกขอบคุณครูบาอาจารย์ที่ได้ให้อะไรแก่ท่าน ก็ย่อมจะถือว่าผู้ช่วยอาจารย์คือตัวแทนของครูบาอาจารย์ แต่ถ้าท่านไม่รู้สึกขอบคุณครูบาอาจารย์ อย่างน้อยก็ควรจะขอบคุณธรรมะ ผู้ที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์ก็คือตัวแทนของธรรมะในขณะนี้ ฉะนั้น ท่านจึงควรให้ความเคารพต่อผู้ที่กำลังทำหน้าที่เป็นตัวแทนของธรรมะเสมอ

นั่นเป็นเรื่องการวางตัวในส่วนของผู้ปฏิบัติ กรรมการ และธรรมบริกร แต่ไม่ใช่ของครู

อาจารย์หรือผู้ช่วยอาจารย์ หากผู้ที่เป็นอาจารย์มีความรู้สึกว่า "ฉันเป็นตัวแทนของธรรมะ ตอนนี้ทุกคนต้องเคารพฉัน" แล้วบุคคลเช่นนี้ย่อมไม่มีทางที่จะเป็นอาจารย์ได้เลย

ปัจจุบันเรากำลังทดลอง แค่ทดลองเท่านั้น คือฝึกอบรมผู้ที่จะขึ้นมาเป็นอาจารย์ให้มีจำนวนมากขึ้นๆ และแน่นอนว่าเราไม่ชอบลดทอนอำนาจใคร แต่ถ้าเราพบข้อบกพร่องนี้ในที่ใด ก็จะพยายามแก้ไข ช่วยให้เขาผู้นั้นปรับปรุงข้อบกพร่องนี้ด้วยความเมตตา แต่เรื่องนี้ก็เป็นที่ชัดเจนอย่างยิ่งว่า ถ้าผู้ที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์คาดหวังสิ่งใดจากผู้ปฏิบัติ กรรมการ หรือธรรมบริกร เขาจะไม่มีทางเป็นอาจารย์สอนธรรมะได้เลย

จงอย่าคาดหวังสิ่งใด นอกจากความรู้สึกสำนึกในบุญคุณที่ว่า "ฉันมีโอกาสที่จะได้ช่วยเหลืออาจารย์ หรืออาจารย์ของอาจารย์ และภารกิจของท่านแล้ว การที่ฉันได้ทำงานนี้ถือเป็นโอกาสที่ฉันจะได้พัฒนาบารมีของตัวฉันเอง" หากท่านปฏิบัติได้เช่นนี้ ก็จะเป็นแบบอย่างของครูอาจารย์ที่ดีได้ในที่สุดอย่างแน่นอน และวิธีการปฏิบัติธรรมอันมหัศจรรย์นี้ก็จะสืบต่อไปได้รุ่นแล้วรุ่นเล่า

ฉะนั้น ผู้ช่วยอาจารย์จะต้องระมัดระวังมิให้อัตตาของตนพองโตในระหว่างที่กำลังสอน ขณะเดียวกันผู้ปฏิบัติก็ควรจะให้ความสำคัญกับอาจารย์หรือผู้ช่วยอาจารย์เสมอ

ถึงแม้เราจะไม่ต้องการให้แนวทางการปฏิบัตินี้กลายเป็นลัทธิศาสนาไป แต่หลังจากนี้ไปอีกหลายศตวรรษ ธรรมะก็จะค่อยๆ กลับกลายเป็นลัทธิศาสนาไป ซึ่งเป็นเรื่องที่ช่วยไม่ได้ อย่างไรก็ตามในปัจจุบันเราต้องมีองค์กรในการทำงาน ที่ใดที่มีศูนย์ปฏิบัติจะต้องมีคณะกรรมการด้วย ส่วนหนึ่งก็เพื่อแบ่งเบาภาระด้านภาษี อีกส่วนก็เพื่อบริหารจัดการหลักสูตรและศูนย์ฯ แต่สำหรับในแนวทางการปฏิบัตินี้ เวลาที่มีการแต่งตั้งผู้ช่วยอาจารย์ เราไม่อาจบอกว่าให้เขาอยู่ในวาระหนึ่งปี แล้วปีหน้าจะมีการตั้งคนอื่นขึ้นมาแทนในแบบเดียวกับที่ตั้งคณะกรรมการ เราทำอย่างนั้นไม่ได้ อาจารย์ที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์ย่อมมีความสัมพันธ์อันดีกับผู้ปฏิบัติ และต้องขยายความสัมพันธ์นี้ไปสู่วงกว้างยิ่งขึ้น ฉะนั้น จึงเป็นเรื่องสำคัญที่ผู้ได้รับมอบหมายให้เป็นผู้ช่วยอาจารย์จะต้องปฏิบัติหน้าที่อย่างต่อเนื่อง นอกเสียจากว่าเขาจะได้ทำผิดร้ายแรง แต่ถึงกระนั้นก็จะไม่มีการปลดออก เราจะพยายามช่วยให้เขาแก้ไขความผิดพลาดนั้น ดังนั้น ผู้ช่วยอาจารย์จึงต้องทำหน้าที่อย่างต่อเนื่อง

ในขณะที่กรรมการจะไม่อยู่ในตำแหน่งอย่างต่อเนื่อง จะได้รับแต่งตั้งเพียงหนึ่งปีเท่านั้น ปีต่อไปอาจจะได้รับแต่งตั้ง หรือไม่ได้รับแต่งตั้งเข้ามาอีกก็ได้ ทั้งนี้ไม่ใช่เพราะเขามีข้อบกพร่อง แต่เป็นเพราะเราต้องการ

จะเปิดกว้างให้ผู้ปฏิบัติอื่นๆ ได้มีโอกาสเข้ามารับใช้ธรรมะในด้านต่างๆ ด้วย ฉะนั้น เราจึงควรจะให้คนอื่นๆ ได้เข้ามาเป็นประธาน เลขาฯ หรือเหรัญญิกของคณะกรรมการ หรือทำหน้าที่ในตำแหน่งอื่นๆ เพื่อให้เขามีโอกาสในการรับใช้ธรรมะ อาจมีธรรมบริกรหลายคนที่เหมาะสมจะเป็นผู้ช่วยอาจารย์ แต่ด้วยเหตุผลทางด้านครอบครัวหรือเหตุผลส่วนตัวทำให้เขาไม่สามารถจะรับหน้าที่นี้ได้ ซึ่งนั่นก็ไม่ได้หมายความว่าเขาจะอยู่ในสถานะที่ต่ำต้อยกว่า ทั้งนี้เราต้องเข้าใจอีกด้วยว่า "ฉันยังจะได้รับใช้ธรรมะต่อๆ ไป แต่ถ้าไปเป็นกรรมการแล้ว ฉันอาจอยู่ในวาระแค่ปีสองปี เพราะเป็นเรื่องที่จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย"

ผู้ช่วยอาจารย์นั้นรับใช้ธรรมะอย่างต่อเนื่องจึงรู้ภูมิหลังของคณะกรรมการชุดก่อนๆ รวมทั้งปัญหาต่างๆ ในระยะปีสองปีหรือห้าปีที่ผ่านมา และก็จะยังเฝ้าดูการทำงานของคณะกรรมการต่อๆ ไป โดยให้ความเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อธรรมบริกร ต่อคณะกรรมการ ด้วยเหตุนี้ เราจึงต้องให้ความสำคัญกับผู้ช่วยอาจารย์

แน่นอนว่าผู้ช่วยอาจารย์จะไม่สั่งการกับทุกคนไปทั่ว การตัดสินใจทั้งหมดในเรื่องของการบริหารจัดการศูนย์ฯ ต้องมาจากคณะกรรมการ อย่างไรก็ตาม สิ่งที่ข้าพเจ้าอยากจะเห็น ซึ่งตอนนี้เราก็กำลังทำอยู่ นั่นคือ ไม่ว่าจะมีการประชุมคณะกรรมการในที่ใดๆ ก็ตาม ต้องเชิญผู้ช่วยอาจารย์ในพื้นที่ด้วย ผู้ช่วยอาจารย์จะได้รับเชิญให้เข้าร่วมประชุมในฐานะของผู้สังเกตการณ์ โดยไม่มีส่วนในการแสดงความคิดเห็น เว้นเสียแต่ว่าคณะกรรมการจะขอคำปรึกษา ก็ให้คำแนะนำได้ หรือถ้าเขามีส่วนเกี่ยวข้องกับงานของคณะอนุกรรมการเฉพาะด้าน ก็แสดงความคิดเห็นได้ มิฉะนั้นแล้วให้ทำหน้าที่สังเกตการณ์เพื่อรับรู้ความเป็นไปที่เกิดขึ้น ถ้าเห็นว่ามีอะไรที่ขัดกับหลักธรรมะ ก็ค่อยสอดแทรกอย่างสุภาพว่า "ผมรู้สึกว่าการตัดสินใจหรือความเห็นของพวกคุณไม่สอดคล้องกับหลักของธรรมะ มันน่าจะเป็นอย่างนี้" สำหรับการตัดสินใจในเรื่องสำคัญๆ ของคณะกรรมการย่อมต้องอาศัยประสบการณ์ของผู้ช่วยอาจารย์ แต่ในด้านการบริหารจัดการงานเล็กๆ น้อยๆ ประจำวันของคณะกรรมการ ให้ผู้ช่วยอาจารย์เพียงแต่คอยสังเกตการณ์เท่านั้น

ปัญหาอีกเรื่องที่อาจเกิดขึ้นระหว่างกรรมการด้วยกัน หรือระหว่างธรรมบริกรกับกรรมการ หรือระหว่างผู้ช่วยอาจารย์กับกรรมการ ที่ข้าพเจ้าเคยประสบมาก็คือ บางคนมีนิสัยชอบจับผิดผู้อื่น คอยเขียนหรือพูดคุยกับคนอื่นๆ ว่า "ดูสิ ผู้ช่วยอาจารย์คนนี้เป็นอย่างนี้ ผู้ช่วยอาจารย์คนนั้นเป็นอย่างนั้น" โดยที่เขาไม่รู้ตัวเลยว่าได้กำลังสั่งสมอกุศลกรรมเอาไว้มากมายเพียงใด ถ้าเขา

พบเห็นว่าผู้ช่วยอาจารย์ทำอะไรที่ไม่ถูกต้อง ก็ควรจะเข้าไปพบและพูดคุยอย่างสุภาพว่า "ผมไม่เห็นด้วยกับการทำแบบนี้หรือความเห็นแบบนี้ครับ ผมว่ามันไม่ถูก เราน่าจะมาถกกันในเรื่องนี้และหาข้อสรุปนะครับ"

แทนที่จะไปพูดคุยโดยตรงกับผู้ที่ท่านมองเห็นข้อบกพร่อง ท่านกลับเอาเรื่องนี้ไปเขียนหรือพูดกับผู้อื่น นั่นเท่ากับเป็นการทำผิดศีล เพราะเป็นการพูดลับหลัง นินทา ให้ร้าย ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่ถูกต้อง ฉะนั้น ก่อนที่จะพูดกับใครถึงเรื่องความบกพร่องของเพื่อนผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกัน ไม่ว่าจะเป็นธรรมบริกร กรรมการ หรือผู้ช่วยอาจารย์ ขอให้ไปพบและพูดคุยปัญหานี้กับเจ้าตัวโดยตรง ถ้ายังหาข้อสรุปไม่ได้หรือยังมีข้อสงสัย คือยังมีความคิดเห็นที่ต่างกันระหว่างกรรมการด้วยกัน ก็ให้ไปพบผู้ช่วยอาจารย์ แต่ถ้ามีความคิดเห็นที่ต่างกันระหว่างผู้ช่วยอาจารย์กับกรรมการแล้ว ทางที่ดีให้ไปพบผู้ช่วยอาจารย์อาวุโสเพื่อหาข้อสรุป และถ้าหากยังหาข้อสรุปไม่ได้อีก ก็ให้ไปพบอาจารย์ เรากำลังคิดว่าในการประชุมครั้งนี้อาจประกาศรายชื่อผู้ช่วยอาจารย์อาวุโสที่จะรับผิดชอบศูนย์ใดศูนย์หนึ่งโดยเฉพาะ ปัญหาทั้งหมดที่เกี่ยวข้องกับศูนย์ฯ ให้ไปปรึกษากับผู้ช่วยอาจารย์อาวุโสดังกล่าวเพื่อหาทางออก ยกเว้นว่ามีปัญหาที่หาข้อสรุปไม่ได้ ก็ให้ไปหารือกับอาจารย์

ไม่ว่าจะเป็นกรรมการ ผู้ช่วยอาจารย์ หรือธรรมบริกร ต้องมีความคิดอยู่อย่างหนึ่งว่า "ฉันจะต้องเป็นคนที่เห็นแก่ตัวให้มาก" พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงต้องการให้เราเห็นแก่ตัว เห็นแก่ตัวในแง่ที่เราควรจะรู้ว่าผลประโยชน์ของเราอยู่ตรงไหน อยู่ที่การชำระจิตของเราให้บริสุทธิ์นั่นเอง หากท่านมีความรู้สึกที่กระตือรือร้นว่า "ฉันกำลังเผยแผ่ธรรมะ กำลังทำงานเผยแผ่นี้อยู่" แต่กลับสั่งสมกิเลส ความโกรธ และความขุ่นมัวขึ้นในจิตใจ ก็เท่ากับว่าท่านกำลังทำร้ายตัวเอง ธรรมะต้องการให้ทุกๆ คนเห็นแก่ตัว แต่เห็นแก่ตัวในความหมายที่แท้จริง เพื่อให้ทุกๆ การกระทำของท่านเป็นประโยชน์อย่างแท้จริง และช่วยให้ท่านได้ก้าวหน้าไปสู่ความหลุดพ้นจริงๆ ถ้านั่นกำลังเป็นการทำร้ายตัวท่านเอง แล้วท่านคิดว่า "ไม่เป็นไร ถ้านั่นจะทำร้ายตัวฉัน ฉันกำลังช่วยเหลือผู้คนจำนวนมาก" นั่นย่อมแสดงว่าท่านยังไม่เข้าใจธรรมะเลย ฉะนั้น อาจารย์ กรรมการ และธรรมบริกรทุกคนจึงต้องสำรวจตัวเองว่า "การโต้เถียง พูดคุย หรือจับผิดผู้อื่นทั้งหลายทั้งปวงนั้นเป็นสิ่งที่จะช่วยหรือทำร้ายตัวฉันกันแน่ ฉันกำลังโกรธ เกลียด มุ่งร้ายเขาหรือเปล่า ฉันกำลังทำให้จิตของตัวเองขุ่นมัวอยู่หรือเปล่า" ถ้าใช่ ก็แสดงว่าธรรมะของท่านกำลังเสื่อมถอย ไม่มีใครหรอกที่ชอบทำร้ายตัวเอง ถ้าท่านมองเห็นชัดเจนว่า "การกระทำของฉัน

กำลังทำร้ายตัวฉันเองอยู่ ฉันต้องระวังให้มาก" เมื่อนั้นความสัมพันธ์ก็จะเป็นไปอย่างรักใคร่กลมเกลียวกัน

ถาม *ธรรมบริกรจะออกจากสถานที่จัดการอบรมไปออกกำลังกาย (เช่น จ๊อกกิ้ง) ได้หรือไม่ ถ้าเขามั่นใจว่าการทำเช่นนั้นไม่รบกวนผู้ปฏิบัติ และเขาก็ได้ทำงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จแล้ว*

ท่านอาจารย์ แน่นอนว่าธรรมบริกรควรจะออกกำลังกาย ผู้เข้าอบรมปฏิบัติตั้งแต่ตีสี่ตีสี่ครึ่ง ไปจนถึงสามทุ่ม สามทุ่มครึ่ง ถ้ามีเวลาได้เดินสักหน่อยก็พอแล้ว แต่สำหรับผู้ที่ทำงานรับใช้ธรรมะนั้น สามารถออกกำลังกายได้เหมือนกับในชีวิตประจำวัน ทั้งนี้ต้องไม่รบกวนผู้ปฏิบัติ จะจ๊อกกิ้งก็ได้ แต่ต้องระวังให้มาก เช่นที่ธรรมคีรีนี่ ถ้ามีใครวิ่งจ๊อกกิ้งเข้าไปในเมือง ก็อาจสร้างความไม่พอใจให้กับคนที่นั่นได้ หรือถ้าไปวิ่งที่ด้านหลังของศูนย์ฯ ซึ่งไม่มีคนอยู่ เป็นที่ลับตาก็อาจเกิดอันตรายขึ้นได้ แต่โชคดีที่เรามีสถานที่อยู่บริเวณเชิงเขาประมาณ 8-10 เอเคอร์ ซึ่งท่านสามารถแบ่งเป็นสองลู่ฝั่งชายฝั่งหญิงไว้วิ่งได้ จะทำแบบนี้ที่ศูนย์อื่นๆ ก็ได้ เราต้องให้โอกาสธรรมบริกรได้ออกกำลังกายในที่ที่ทำได้ โดยไม่รบกวนผู้ปฏิบัติ

ถาม *ท่านคิดว่าบทบาทของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาต่อสังคม เช่น การให้ความช่วยเหลือผู้อื่นในโลก ไม่ว่าจะเป็นผู้ที่ยากจน หิวโหย ไร้ที่อยู่อาศัย หรือเจ็บป่วย ควรเป็นเช่นไร*

ท่านอาจารย์ การช่วยเหลือผู้อื่นเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับผู้มีธรรมะทุกคน สำหรับผู้ที่กำลังปฏิบัติธรรม ย่อมมีเป้าหมายสำคัญเพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์ แต่สิ่งหนึ่งที่จะชี้วัดได้ว่าจิตเริ่มมีความบริสุทธิ์ก็คือ การมีความปรารถนาที่จะช่วยเหลือผู้อื่น จิตที่บริสุทธิ์มักเต็มเปี่ยมไปด้วยความรักความเมตตา เขาย่อมไม่อาจทนเห็นผู้ทุกข์ยากรอบข้าง โดยพูดเพียงแค่ว่า "ฉันไม่สนใจหรอก ฉันกำลังปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นของตัวฉันเอง" ทัศนะเช่นนี้สะท้อนว่ายังขาดพัฒนาการในธรรมะ ถ้าเขามีพัฒนาการในธรรมะ ไม่ว่าจะมีความสามารถด้านใด เขาก็ย่อมยินดีที่จะช่วยงานในด้านนั้น แต่ในขณะที่ท่านรับใช้ผู้อื่นในงานสังคมสงเคราะห์ต่างๆ เช่น ในโรงเรียน โรงพยาบาล หรือสถาบันอื่นๆ อาจมีความคิดที่ผิดเพี้ยนเกิดขึ้นได้ว่า "ตอนนี้ฉันได้ชำระจิตของตัวเองให้บริสุทธิ์แล้ว และกำลังอุทิศเวลาทั้งหมดให้กับการช่วยเหลือผู้อื่น จิตมันก็จะยังทำหน้าที่ชำระตัวของมันเองต่อไปนั่นแหละ ฉันควรจะเลิกนั่งปฏิบัติเช้าเย็นแล้ว เพราะตอนนี้มีงานล้นมือเหลือเกิน เป็นงานช่วยเหลือสังคมที่สำคัญๆ ทั้งนั้น" นี่เป็นความผิดพลาดอย่างมหันต์

ด้วยจิตที่บริสุทธิ์อย่างแท้จริง ไม่ว่าท่านจะช่วยงานด้านใด ก็จะทำได้อย่างแข็งขัน มีประสิทธิภาพ และเห็นผล จงหมั่นชำระจิต

ของท่านให้บริสุทธิ์อยู่เสมอ เฝ้าสำรวจดูว่าจิตของท่านบริสุทธิ์ขึ้นจริงหรือเปล่า และจงรับใช้ผู้อื่นโดยไม่คาดหวังสิ่งใดตอบแทน

ถาม *มีพลังที่คอยหนุนเนื่องเรา ในขณะที่เราพัฒนาบารมีอยู่หรือเปล่าคะ*

ท่านอาจารย์ แน่นอน มีพลังทั้งที่มองเห็นได้และไม่อาจมองเห็นได้ เช่น คนเรามักจะคบหากับผู้ที่มีความสนใจ ภูมิหลัง หรือนิสัยที่คล้ายๆ กัน หากเราพัฒนาคุณลักษณะที่ดีในตัวเรา ก็จะดึงดูดผู้ที่มีลักษณะเดียวกันเข้ามาเอง และเมื่อเราติดต่อคบหากับคนดีๆ เหล่านี้แล้ว ก็จะย่อมได้รับความช่วยเหลือจากพวกเขาด้วย ถ้าเราแผ่ความรักความเมตตาและความปรารถนาดีออกไป ก็จะนำพาเราให้ไปเกี่ยวข้องกับสิ่งมีชีวิตทั้งหลายทั้งที่มองเห็นได้หรือไม่อาจมองเห็นได้ ซึ่งมีกระแสพลังที่ดี อันจะคอยช่วยเหลือเกื้อกูลเรา คล้ายๆ กับการปรับวิทยุเพื่อรับคลื่นความถี่จากสถานีกระจายเสียงที่อยู่ไกลออกไป ในทำนองเดียวกัน เราก็ปรับตัวเองให้เข้ากับพลังหรือกระแสสั่นสะเทือนในแบบเดียวกับที่เราส่งออกไป แล้วเราก็จะได้รับประโยชน์จากพลังเหล่านั้น

นี่ไม่ใช่เรื่องของการแสวงหาความช่วยเหลือจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพื่อให้ได้ในสิ่งที่ตนเองปรารถนา ท่านต้องปฏิบัติอย่างจริงจังด้วยความเข้าใจว่า การปฏิบัติของท่านจะช่วยให้ท่านได้รับประโยชน์จากกระแสสั่นสะเทือนที่ดีของผู้อื่น ดังคำกล่าวที่ว่าพระเจ้าจะช่วยเหลือผู้ที่ช่วยตัวเอง

ถาม *เมตตาจะมีพลังแรงกล้าขึ้น เมื่อสมาธิตั้งมั่นยิ่งขึ้นหรือคะ*

ท่านอาจารย์ แน่นอน ถ้าปราศจากสมาธิเมตตาก็จะไม่ใช่เมตตาที่แท้จริง เมื่อสมาธิอ่อน จิตย่อมฟุ้งซ่านมาก และจิตจะฟุ้งซ่านก็ต่อเมื่อมีความขุ่นมัว ความชอบ หรือความชังเกิดขึ้นเท่านั้น กิเลสเหล่านี้นี่เองที่ทำให้ท่านไม่อาจพัฒนาคุณสมบัติที่ดีหรือกระแสของความเมตตากรุณาขึ้นได้ ไม่มีทางเป็นไปได้เลย

ถึงท่านจะพร่ำพูดว่า "จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด" ก็ไม่ให้ผล แต่ถ้าท่านมีสมาธิ จิตของท่านย่อมจะสงบเย็น อย่างน้อยก็ในชั่วขณะนั้น ไม่จำเป็นว่ากิเลสทั้งหมดต้องหมดสิ้นไป แต่อย่างน้อยในชั่วขณะที่ท่านกำลังจะแผ่เมตตา จิตของท่านต้องสงบเย็น ปราศจากความขุ่นมัวใดๆ แล้วเมตตาที่แผ่ออกไปก็จะมีพลังแรงกล้า ให้ผล และเกิดประโยชน์

ถาม *ช่วงเมตตาตอนสามทุ่มมีความสำคัญอย่างไร*

ท่านอาจารย์ เมตตาก็คือเมตตา ยังไงก็ดี ไม่ว่าจะเวลาไหน ก็มีประโยชน์ ช่วงเมตตาพิเศษนี้เป็นหน้าที่ส่วนหนึ่งของอาจารย์ที่จะพยายามประคองจิตให้บริสุทธิ์เท่าที่จะทำได้ เพื่อจะได้เปิดรับกระแสพลังของผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบทั้งหลาย เป็นหน้าที่ของอาจารย์

ที่จะเปิดรับกระแสพลังเหล่านี้ แล้วแผ่ออกไป ผู้ปฏิบัติที่นั่งอยู่ ณ ที่นั้นก็จะได้รับกระแสนี้ บ่อยครั้งที่ธรรมบริกรทำงานมาหนักมากตลอดทั้งวัน หลังจากได้รับเมตตา 10 นาทีแล้ว พวกเขาก็มาบอกว่า "ตอนนี้ผมรู้สึกสบายขึ้นจริงๆ" นั่นเป็นเพราะเขาสามารถรับกระแสนี้ได้

แน่นอนว่าบางคนอาจจะรับไม่ได้เลย เราไม่สามารถชี้ขาดลงไปได้ว่าใครสามารถรับเมตตาได้หรือไม่ได้ หน้าที่ของเราเพียงแต่แผ่เมตตาให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ท่านอาจารย์อูบาขิ่นเคยพูดเอาไว้ว่า "ฉันเป็นหม้อแปลงไฟฟ้าที่อาจดึงกระแสไฟมาได้ 11,000 โวลต์ แล้วจ่ายออกไป 1,100, 440, 220 หรือ 110 โวลต์ ขึ้นอยู่กับความสามารถของคนๆ นั้นว่าจะรับได้เท่าไร" ดังนั้น นี่จึงเป็นหน้าที่ของอาจารย์ ส่วนผู้ปฏิบัติจะรับได้เท่าไรนั้น ก็ขึ้นอยู่กับความสามารถของเขาเอง

ถาม *วิธีการปฏิบัติและวิธีการสอนของท่านหรือท่านอาจารย์อูบาขิ่นนั้นมีอะไรบ้าง และอะไรบ้างที่เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าผู้ตรัสรู้ทรงสอน*

ท่านอาจารย์ แน่นอนว่าวิธีการสอนย่อมเป็นของท่านอาจารย์อูบาขิ่นและของโกเอ็นก้า ซึ่งอาจแตกต่างจากวิธีการสอนของพระพุทธเจ้า แต่ถ้าเป็นเรื่องของวิธีการปฏิบัติแล้ว พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ทรงสอนวิธีการปฏิบัติเช่นเดียวกันหมด หากพระพุทธเจ้าพระองค์ใดพระองค์หนึ่งมิได้ทรงเปลี่ยนแปลงวิธีการปฏิบัติของพระพุทธเจ้าพระองค์ก่อนแล้ว อาจารย์อูบาขิ่นหรือโกเอ็นก้าเป็นใครกันถึงจะริไปเปลี่ยนแปลง อาจารย์อื่นๆ ทั้งหลายที่สอนธรรมะเป็นใครกัน ถึงจะริไปเปลี่ยนแปลงวิธีการปฏิบัติได้ วิธีการปฏิบัติจะต้องเหมือนเดิม ไม่มีใครไปเปลี่ยนแปลง แต่วิธีการสอนอาจเปลี่ยนไปได้

ครั้งหนึ่งของการบรรยายธรรม ท่านอาจารย์อูบาขิ่นเคยกล่าวไว้ว่า "ข้าพเจ้าได้พัฒนาวิธีการปฏิบัติให้เหมาะกับผู้ที่พูดภาษาอังกฤษ ซึ่งมิใช่ชาวพุทธ ทุกๆ คนสามารถปฏิบัติตามวิธีการนี้โดยจะได้รับผลเช่นเดียวกัน ลองมาปฏิบัติดู ท่านจะได้รับผลเช่นเดียวกัน"

แล้ววิธีการปฏิบัติของท่านอาจารย์อูบาขิ่นเป็นอย่างไร ไม่ใช่วิธีการปฏิบัติสมาธิภาวนาที่พิเศษอะไรหรอก แต่เป็นวิธีการอธิบายสิ่งต่างๆ ต่างหาก ครูบาอาจารย์ทั้งหมดก่อนหน้าท่านอาจารย์อูบาขิ่นและผู้ที่อยู่ในยุคสมัยเดียวกับท่าน ล้วนแล้วแต่สอนธรรมะให้แก่พุทธศาสนิกชนชาวพม่า ซึ่งคุ้นเคยกับความเข้าใจในแบบหนึ่ง ตามประเพณีการสอนของพวกเขา จะมีวิธีการอธิบายสติปัฏฐานด้วยคำพูด ศัพท์ และตัวอย่างเฉพาะ ทั้งพระสงฆ์และอาจารย์ที่เป็นฆราวาสจะอธิบายในแบบเดียวกัน แต่เนื่องจากท่านอาจารย์อูบาขิ่น

ต้องติดต่อกับผู้ที่พูดภาษาอังกฤษซึ่งมิใช่ชาวพุทธ ฉะนั้น ท่านจึงต้องพัฒนาวิธีการที่จะอธิบายธรรมะให้พวกเขาเข้าใจและปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง โดยยกตัวอย่างที่เป็นวิทยาศาสตร์ ใช้คำพูดที่ทันสมัย เป็นวิทยาศาสตร์ ซึ่งพระพุทธเจ้าหรือครูอาจารย์อื่นๆ ในสายนี้อาจจะไม่เคยใช้มาก่อน เรื่องเช่นนี้ก็เคยเกิดขึ้นกับข้าพเจ้าในตอนที่เดินทางมาถึงอินเดีย ประเทศที่กว้างใหญ่ไพศาล มีหลากหลายลัทธินิกาย ประเพณี และความเชื่อ ในยุคปัจจุบันเราต้องติดต่อเกี่ยวข้องกับทั่วทั้งโลก ซึ่งก็มีลัทธินิกายอยู่หลากหลายและกลุ่มคนมากมายที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน

ที่อินเดียเอง ในสมัยพุทธกาลก็มีวิธีคิดและวิธีการปฏิบัติต่างๆ อยู่หลากหลาย รวมทั้งอาจารย์อื่นๆ อีกมากมาย หลังจากที่พระพุทธองค์ปรินิพพานแล้ว พระธรรมคำสอนก็เริ่มเสื่อมถอย และถูกนำไปผสมปนเปกับวิธีการอื่น

ทุกวันนี้ก็ยังคงมีความหลากหลายนี้อยู่ ฉะนั้น เวลาที่ข้าพเจ้าพูดคุยกับผู้คน จึงจำเป็นต้องรู้ว่าใครคือผู้ฟัง แล้วอธิบายในสิ่งที่พวกเขาจะเข้าใจได้ตามภูมิหลัง เพราะถ้าพวกเขาไม่เข้าใจในสิ่งที่ข้าพเจ้าพูดแล้ว วัตถุประสงค์ทั้งหมดของการพูดก็จะสูญเปล่า พวกเขาจะไม่เข้ามาปฏิบัติธรรม จนกว่าจะเชื่อมั่นว่าสิ่งที่ข้าพเจ้าพูดนั้นมีความหมาย เวลาที่ข้าพเจ้าบรรยายธรรมให้ชาวตะวันตกฟัง หรือพูดภาษาฮินดีกับชาวอินเดีย อาจดูเหมือนว่ามีบางเรื่องที่แตกต่างออกไป ทั้งนี้เพราะการยกตัวอย่าง การเปรียบเทียบ และเรื่องเล่าต่างๆ นั้นย่อมเปลี่ยนแปลงไปตามกลุ่มผู้ฟัง แต่สาระยังคงเหมือนกัน

บางคนอาจบอกว่าวิธีการปฏิบัติเปลี่ยนไปเพราะวิธีการถ่ายทอด การอธิบายเปลี่ยนไปอย่างไรก็ตามแม้แต่พระพุทธองค์ก็ทรงกระทำเช่นกัน ถ้าท่านได้ศึกษาคำสอนของพระองค์ จะพบว่าเวลาที่พระองค์ทรงสอนชนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง เช่น พวกพราหมณ์ จะตรัสในแบบที่ทำให้พวกเขาเข้าใจได้ เมื่อตรัสกับพวกสมณะ ก็จะตรัสในแบบที่ทำให้สมณะเข้าใจได้

ดังคำบาลีที่ว่า *โวหารกุศล* หรือวิธีการอันแยบคาย สำหรับพระผู้มีพระภาคเจ้าแล้วทรงมีพระปรีชาญาณในการสอนเป็นอย่างยิ่ง ในนิทานชาดกสมัยที่พระองค์เสวยพระชาติเป็นพระโพธิสัตว์ เราจะพบเห็นวิธีการใช้ไหวพริบปฏิภาณตลอดทั้งเรื่อง ในแต่ละเหตุการณ์ที่แตกต่างกันไป จะทรงใช้ไหวพริบปฏิภาณรักษาพระองค์ไม่ให้ทำผิดศีล ทั้งยังสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างชาญฉลาดอีกด้วย เมื่อพระองค์ได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ก็ทรงมีพระปรีชาญาณเพิ่มขึ้นในทุกๆ ด้าน ฉะนั้น ทุกๆ คนที่กำลังเดินตามรอยของพระพุทธองค์ รวมถึงทุกๆ คนที่กำลังเผยแผ่พระธรรมคำสอนของพระองค์

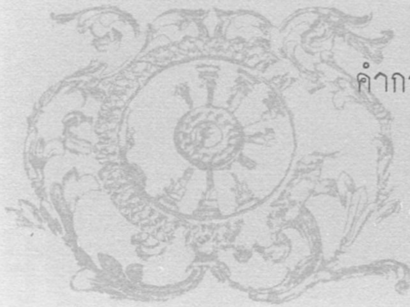
จึงต้องมีไหวพริบปฏิภาณ รู้จักพลิกแพลงในสถานการณ์ที่แตกต่างกันไปตามโอกาส ในสถานการณ์หนึ่งอาจต้องใช้วิธีการอธิบายธรรมแบบหนึ่ง แต่ในอีกสถานการณ์อาจต้องใช้วิธีการอีกแบบ

ตอนนี้ยังมีอีกเรื่องคือ ผู้คนเริ่มคิดว่า "นี่เป็นวิธีการปฏิบัติของท่านอาจารย์อูบาขิ่น นี่เป็นวิธีการปฏิบัติของโกเอ็นก้า ฯลฯ" ซึ่งก็เป็นปัญหาในเรื่องของการอธิบายธรรมให้เหมาะกับผู้คน ท่านอาจารย์อูบาขิ่นใช้คำว่า "กวาด" และตอนนี้ในตะวันตก ผู้คนก็พูดกันว่า "โอ้ นี่เป็นวิธีการปฏิบัติแบบ 'กวาด' ของโกเอ็นก้า หรือท่านอาจารย์อูบาขิ่น และนี่เป็นวิธีการปฏิบัติสติปัฏฐานของท่านมหาสีซายาดอว์" เป็นต้น

จงเข้าใจว่าสิ่งนี้เกิดขึ้นได้อย่างไร เมื่อผู้ปฏิบัติได้ปฏิบัติมาถึงขั้นที่ทั้งกายและจิตแตกสลายไป หรือในขั้นของภังคญาน ก็จะไม่มีอุปสรรคที่เป็นกลุ่มก้อนแน่นทึบในที่ใดเลย ท่านจะสามารถเคลื่อนความสนใจจากศีรษะลงมาที่ปลายเท้าได้อย่างรวดเร็วโดยไม่พบกับอุปสรรคใดๆ หรือสามารถจะเคลื่อนจากปลายเท้ากลับขึ้นมาที่ศีรษะได้อย่างรวดเร็วคล้ายๆ กับการเลื่อนไหล เพื่อที่จะอธิบายสภาวะนี้ให้คนเข้าใจ ท่านอาจารย์อูบาขิ่นจึงใช้คำว่า "กวาด" ซึ่งหมายถึงการที่ท่านเคลื่อนความสนใจจากศีรษะลงมาที่ปลายเท้าได้อย่างรวดเร็ว โดยไม่มีอุปสรรคที่ตรงส่วนไหนเลย ถ้าท่านปฏิบัติมาถึงขั้นของการกวาด ก็ให้กวาดความสนใจไป สำหรับชาวอินเดีย ข้าพเจ้าใช้คำว่า *ธาราประวาหะ* คือ "การเลื่อนไหลอย่างอิสระ" สำหรับชาวตะวันตก ข้าพเจ้าก็ใช้คำว่า "การเลื่อนไหลอย่างอิสระ" เช่นกัน ซึ่งนั่นไม่ได้หมายความว่าข้าพเจ้าได้เปลี่ยนแปลงวิธีการปฏิบัติ แต่ต้องการอธิบายว่า จิตของท่านสามารถเคลื่อนไปเหมือนๆ กับการเลื่อนไหล จากศีรษะลงไปที่ปลายเท้า และจากปลายเท้าขึ้นมาที่ศีรษะ โดยไม่มีอุปสรรคใดๆ ได้อย่างไร ถ้าท่านปฏิบัติมาถึงขั้นนี้ได้ ก็จะมีการเลื่อนไหลอย่างอิสระเกิดขึ้น

พระพุทธองค์ก็ตรัสถึงเรื่องเดียวกันนี้ โดยใช้คำว่า *สัพพะกายะ ปะฏิสังเวที อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ สัพพะกายะ ปะฏิสังเวที ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติ* เธอจงสำเหนียกว่า เมื่อหายใจเข้าเพียงครั้งเดียว เธอจักตามรู้ตลอดทั่วทั้งร่างกาย แล้วตอนนี้ท่านจะตามรู้ตลอดทั่วร่างกายได้อย่างไร ในเมื่อยังมีอุปสรรคอยู่ที่ส่วนต่างๆ สิ่งนี้จะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อท่านได้ไปถึงขั้นของภังคญานที่มีการแตกสลายไปทั่วทั้งร่างกายแล้วเท่านั้น จากนั้นท่านก็จะกวาดความสนใจจากศีรษะไปที่ปลายเท้า และจากปลายเท้าขึ้นมาที่ศีรษะได้ในชั่วขณะของการหายใจแต่ละครั้ง ท่านจะหายใจเข้าโดยรู้เวทนาตลอดทั่วทั้งร่างกาย และหายใจออกโดยรู้เวทนาตลอดทั่วทั้ง

ร่างกาย พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเรียกสภาวะนี้โดยใช้คำว่า *ภังคะ* ส่วนท่านอาจารย์อูบาขิ่นใช้คำว่า "กวาด" และโกเอ็นก้าใช้คำว่า "การเลื่อนไหลอย่างอิสระ" ทั้งนี้มิได้หมายความว่าเรากำลังเปลี่ยนแปลงวิธีการปฏิบัติแต่อย่างใด วิธีการปฏิบัติยังคงเป็นเช่นเดิม วิธีการอธิบายธรรมอาจแตกต่างกันไปตามกาลเวลา สถานที่ กลุ่มคน แต่วิธีการปฏิบัติจะต้องไม่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างเด็ดขาด ❖



คำกล่าวปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

13 มกราคม 2534

แสงธรรมอันโชติช่วง

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งชายและหญิง

เรามีภาระหน้าที่อันเป็นความรับผิดชอบที่สำคัญยิ่งในการรับใช้ผู้อื่นด้วยธรรมะ ถ้าเรามีเจตนาที่ไม่บริสุทธิ์ มีความปรารถนาแม้เพียงน้อยนิดว่า "ฉันจะต้องได้รับสิ่งตอบแทนจากการรับใช้นี้" แล้ว ก็ย่อมจะผิดไปจากจุดประสงค์ทั้งหมดของเรา ผู้ที่คาดหวังว่าจะได้รับโภคทรัพย์ตอบแทนจากการสอนธรรมะนั้น ไม่มีทางที่จะสอนธรรมะได้เลย ไม่มีความเหมาะสมด้วยประการทั้งปวง แม้จะมีไม่น้อยที่เข้าใจว่าตนไม่ได้มารับใช้ธรรมะเพื่อผลตอบแทนใดๆ แต่กระนั้นก็ยังมีความหวังว่าจะได้รับความเคารพนับถือจากผู้อื่น "ดูสิ ฉันกำลังทำงานรับใช้ที่วิเศษยิ่ง ฉันกำลังให้รัตนมณีอันล้ำค่า ฉะนั้น ฉันจึงสมควรจะได้รับความเคารพด้วย" ถ้ามีความคาดหวังว่าจะได้รับคำชื่นชมจากผู้อื่นแม้เพียงเศษเสี้ยว คนผู้นั้นก็ต้องเข้าใจว่าเขาไม่เหมาะที่จะรับใช้ผู้ใดเลย เขายังไม่เข้าใจว่าเขาจะต้องช่วยเหลือตัวเองก่อน จากนั้นจึงจะสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงชี้แนะเหล่าพระสาวกที่ออกไปเผยแผ่ธรรมว่า *จรถ ภิกขเว จาริกัง* จงจาริกไป จาริกไปเพื่ออะไร *พหุชะนะ หิตายะ* เพื่อประโยชน์ของคนจำนวนมาก *พหุชะนะ สุขายะ* เพื่อความสุขของคนจำนวนมาก *โลกานุ กัมปายะ* เพื่ออนุเคราะห์โลกด้วยความเมตตาต่อคนทั้งหลาย

รอบๆ ตัวเรานั้นเต็มไปด้วยความทุกข์ ผู้คนควรจะได้หลุดพ้นจากความทุกข์เพิ่มขึ้นๆ จุดประสงค์ในการให้ธรรมะแก่ผู้อื่นก็เพื่อช่วยเหลือให้เขาหลุดพ้นจากความทุกข์ ไม่ใช่เพื่อลาภสักการะส่วนตัว ผลย่อมเกิดแก่ท่านอยู่แล้ว เพราะการจะไปให้ถึงจุดหมายปลายทางของความหลุดพ้นอย่างสิ้นเชิงได้นั้น ท่านต้องพัฒนาบารมีของตนเอง ซึ่งทุกสิ่งทุกอย่างที่ท่านทำเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น ก็เป็นการช่วยพัฒนาบารมีของท่านไปในตัว

ถ้าเรามีความคิดแม้เพียงชั่ววูบเดียวว่า "ขอให้ผู้คนมากขึ้นๆ หันมาเป็นชาวพุทธ ขอให้

ลัทธิพุทธจงเข้มแข็งขึ้น ขอให้ผู้คนจากลัทธิอื่นๆ เข้ามาอยู่ในลัทธิของฉัน ฉันจะได้มีสาวกเพิ่มขึ้น" นั่นแสดงว่าเราไม่เข้าใจพระผู้มีพระภาคเจ้า ไม่เข้าใจธรรมะเลย

ในพุทธประวัติเคยมีเรื่องราวว่า พระพุทธเจ้าเสด็จไปยังสถานที่แห่งหนึ่ง ซึ่งมีนักบวชจำนวนมากอาศัยอยู่ และได้ทรงแสดงธรรม แต่เนื่องจากนักบวชเหล่านี้มาจากต่างลัทธิ จึงรู้สึกลังเลว่า "ท่านผู้นี้คงจะมาชักชวนเราให้เปลี่ยนลัทธิ" พระองค์จึงทรงอธิบายไปว่า "เราไม่ได้มาที่นี่เพื่อแสวงหาสาวก เราไม่ประสงค์ที่จะให้พวกท่านมาเป็นสาวก จงอย่าหวั่นเกรงไปเลย เราไม่ได้มาที่นี่เพื่อทำลายความสัมพันธ์ระหว่างพวกท่านกับครูอาจารย์ ขอให้มันจงเป็นเช่นนั้นต่อไป พวกท่านได้รับสิ่งใดจากครูอาจารย์ และได้บูชาครูอาจารย์ตามที่พึงกระทำ พวกท่านได้ถวายทานแก่ครูอาจารย์เช่นไร ก็จงทำต่อไป เราไม่ได้มาที่นี่เพื่อขัดขวางพวกท่าน ไม่ให้ไปสู่ฟากฝั่งของความพ้นทุกข์และความเป็นอิสระโดยสิ้นเชิง สิ่งที่เราจะสอนนั้นสามารถช่วยเหลือให้พวกท่านไปถึงฟากฝั่งนั้นได้ ขอพวกท่านทั้งหลายจงสละเวลาสัก 7 วันให้แก่เราเพื่อทดลองดูเถิด"

ทุกๆ คนที่มีหน้าที่ในการเผยแผ่ธรรมควรจะมีความคิดเช่นนี้ "ก็แค่มาลองดู เราไม่สนใจที่จะเปลี่ยนศาสนาอะไรของท่านหรอก แค่สละเวลามาสักสิบวัน หลังจากนั้นถ้าท่านคิดว่ามันดี ก็รับไป แต่ถ้าไม่ใช่ ก็ทิ้งมันไปซะ" แล้วเราก็ไม่ได้คาดหวังอะไรตอบแทน เรามีหน้าที่เพียงแค่ให้เท่านั้น ท่านอาจารย์อูบาขิ่นเคยกล่าวไว้ว่า "ฉันมีหน้าที่แค่ให้เท่านั้น ไม่ใช่รับ ถ้าพวกเขาต้องการจะรับ ก็จงรับไป ถ้าไม่ต้องการ ก็ไม่ต้องรับ ฉันเพียงแต่ให้เท่าที่จะให้ได้เท่านั้น"

นี่ควรจะเป็นทัศนะของผู้ที่รับผิดชอบในการให้ธรรมะ เราแค่ให้เท่านั้น โดยไม่คาดหวังสิ่งใด ด้วยจุดมุ่งหมายเดียวคือความเมตตา ปรารถนาที่จะให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ได้รับประโยชน์เท่านั้น

แต่ถ้าเขาไม่ได้รับประโยชน์แล้ว เราจะทำอะไรได้ เราให้ แต่บางครั้งไม่ได้ผล เขาไม่รับ เราก็ให้อีกด้วยความเมตตา เพียงเท่านั้น ไม่ต้องรู้สึกผิดหวัง ถ้าเขาไม่ได้ปฏิบัติอย่างถูกต้อง และไม่ได้รับในสิ่งที่ควรจะได้ แล้วเรามานั่งคร่ำครวญ ก็แสดงว่าเรามีความยึดมั่นถือมั่นว่า คนทั้งหลายเป็นจำนวนมากขึ้นๆ จะต้องได้รับประโยชน์จากธรรมะ แน่นอนเขาจะต้องได้รับประโยชน์ และเราก็ได้พยายามอย่างดีที่สุดแล้ว เราจะให้ต่อไปโดยไม่คาดหวังสิ่งใด ซึ่งนี่ก็ให้ผลดีโดยตัวของมันเองอยู่แล้ว

แรกๆ ย่อมต้องเกิดปัญหา เพราะคนเรานั้นมีความคิดจิตใจที่ต่างกัน จึงมองอะไร

ด้วยแว่นสีที่ต่างกัน ตอนที่ข้าพเจ้าเริ่มต้นสอนวิปัสสนาในอินเดีย ก็เผชิญกับข้อสงสัยมากมาย บางคนคิดว่า "ดูสิ คนๆ นี้ต้องมีเจตนาจะเปลี่ยนแปลงผู้คนเป็นแน่" ถ้าเรามีใจใฝ่เรื่องการแบ่งฝักแบ่งฝ่าย ก็จะเห็นทุกอย่างเป็นเรื่องของการแบ่งฝักแบ่งฝ่ายไปหมด มีผู้คนในประเทศนี้ที่ได้สร้างโรงพยาบาล โรงเรียน และองค์กรทางสังคมต่างๆ โดยหลังจากที่ให้ความช่วยเหลือไปได้ไม่กี่ปี ก็จะเริ่มเปลี่ยนแปลงผู้คนให้หันไปนับถือศาสนาของเขา เพราะมีเรื่องเช่นนี้เกิดขึ้น จึงเป็นธรรมดาที่คนทั้งหลายจะรู้สึกว่า "ดูสิ ! สหายคนนี้มาจากพม่า เขาก็ช่วยเหลือผู้คนอีหรอบเดียวกันนั่นแหละ จริงอยู่ที่ผู้คนได้พบกับความสุขสงบพ้นจากยาเสพติด เหล้า หรือปัญหาอื่นๆ นั่นเป็นเรื่องที่วิเศษ แต่จุดมุ่งหมายที่แท้จริงของเขาน่ะหรือ ก็เพื่อจะเปลี่ยนแปลงทุกคนให้หันไปนับถือศาสนาพุทธต่างหาก"

ขอให้จงยิ้มรับ เพราะถ้าเรามีเจตนาเช่นนั้นจริงๆ ก็ย่อมจะเดือดร้อนใจว่า "แผนการที่แยบยลของฉันเป็นที่เปิดเผยแล้ว แล้วฉันจะประสบผลสำเร็จได้อย่างไรกัน" แต่ถ้าเรามีความบริสุทธิ์ใจ ก็จะรู้สึกว่า "ปล่อยให้พวกเขาพูดกันไปเถอะ ไม่วันนี้ก็พรุ่งนี้เขาจะเข้าใจเอง" ธรรมะที่บริสุทธิ์จะเผยแผ่ออกไปด้วยวิถีทางเช่นนี้เท่านั้น

เช่นเดียวกับในประเทศตะวันตก ซึ่งก็ย่อมมีความคลางแคลงใจเป็นธรรมดา บางคนคิดว่า "ดูสิ ศาสนาจากต่างชาติกำลังเข้ามาในประเทศของเรา พวกนี้จะทำให้คนของเรากลายเป็นทาสของเขากันไปหมด" เป็นเรื่องปกติที่จะเกิดความสงสัยเช่นนี้ แต่เราต้องมีความตั้งใจที่บริสุทธิ์ในการรับใช้ ในการให้สิ่งที่จะทำให้ผู้อื่นมีความสุข โดยที่ไม่ไปเปลี่ยนแปลงศาสนา ความคิด หรือความเชื่อของเขา ตราบใดที่ไม่บิดเบือนไปจากจุดประสงค์นี้ เราก็จะประสบกับความสำเร็จในที่สุด

ถึงแม้จะมีปัญหาเช่นนี้ในช่วงเริ่มแรก แต่สักวันธรรมะก็จะต้องแผ่ขยายออกไปมากยิ่งขึ้น ตราบใดที่เรายังสามารถรักษาความบริสุทธิ์ของวิธีการปฏิบัติ และเจตนารมณ์ของผู้ที่เผยแผ่วิธีการนี้แก่ผู้อื่นเอาไว้ได้ นี่เป็นเรื่องที่สำคัญยิ่ง เราเป็นแค่พาหนะ ถ้าพาหนะดี ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ก็ย่อมจะได้รับประโยชน์ ในทางตรงกันข้าม ถ้ามีใครหลงลำพองตนไปกับการเผยแผ่ธรรม ธรรมะก็จะขับคนๆ นั้นออกไปเอง

ตอนนี้ถึงเวลาที่ธรรมะจะเผยแผ่ออกไปแล้ว ในอินเดียมีความทุกข์เหลือคณานับจากการที่ลัทธินิกายต่างๆ ได้ต่อสู้เข่นฆ่ากันในนามของธรรมะ ช่างน่าเศร้าจริงๆ ! และเรื่องเช่นนี้ก็ใช่ว่าจะเกิดขึ้นแต่ในประเทศนี้เท่านั้น ยังรวมไปถึงทั่วทุกมุมโลกด้วย "ศาสนาของฉัน ! ศาสนาของฉัน !" โดยที่ไม่เข้าใจเลยว่าธรรมะคืออะไร นี่จึงเป็นเรื่องจำเป็นสำหรับ

ทุกวันนี้ ทั่วทุกแห่งหนมีความทุกข์เพิ่มมากขึ้น เพราะผู้คนไม่เข้าใจว่าธรรมะคืออะไร ถ้าพวกเขาได้เรียนรู้ว่าธรรมะคืออะไร ก็คงจะช่วยให้โลกดีขึ้นกว่านี้ ซึ่งมันก็จะต้องค่อยเป็นค่อยไป ถึงแม้ว่าในตอนนี้จะเต็มไปด้วยความมืดมิด แต่แสงธรรมอันริบหรี่นี้ก็ได้เกิดขึ้นแล้ว และมันก็จะค่อยๆ สว่างไสวขึ้น

สักวันก็จะมีศูนย์วิปัสสนาเกิดขึ้นในทุกๆ หมู่บ้านทั่วโลก เช่นเดียวกับที่เราจำเป็นต้องมีโรงเรียน วิทยาลัย โรงพยาบาล สนามกีฬา และอื่นๆ ไปทั่วทุกชุมชน ผู้คนจะเริ่มเข้าใจถึงความจำเป็นนี้ ในขณะที่เรารู้จักไปสนามกีฬาเพื่อออกกำลังกาย เราก็จะรู้จักไปศูนย์ปฏิบัติธรรมเพื่อฝึกจิตด้วย ซึ่งไม่มีอะไรที่เกี่ยวข้องกับความงมงายในศาสนา แต่เป็นการฝึกจิตให้เข้มแข็ง ผ่องใส และบริสุทธิ์ เพื่อที่เราจะได้มีชีวิตที่ดีงาม และสามารถช่วยเหลือผู้อื่นให้มีชีวิตที่ดีงามไปด้วย นี่คือจุดประสงค์ของธรรมะ

ถ้าเข้าใจจุดประสงค์นี้ และสามารถรักษาความบริสุทธิ์ของวิธีการปฏิบัติเอาไว้ได้ ธรรมะก็จะแผ่ขยายไป ความมืดมิดที่ปกคลุมอยู่ทั่วไปก็จะหมดไป ความทุกข์รอบตัวก็จะถูกขจัดไป ความสุขสงบที่แท้จริงก็จะเกิดขึ้น ขอให้ทุกๆ คนจงได้พบกับความสุข ความสงบ และมิตรไมตรีที่แท้จริง ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



ที่ศูนย์ฯ ธรรมธรา (สหรัฐอเมริกา) และศูนย์ฯ ธรรมคีรี (อินเดีย)
กรกฎาคม 2534 และเมษายน 2535

ถาม–ตอบ (เรื่องการรับใช้ธรรมะ)

ถาม *ท่านอาจารย์คะ เหตุใดการรักษาศีล 5 ในเขตปฏิบัติธรรมจึงเป็นเรื่องที่สำคัญมาก*

ท่านอาจารย์ การรักษาศีล 5 มีความสำคัญในทุกๆ ที่ โดยเฉพาะในเขตปฏิบัติธรรม เหตุผลแรกก็คือ เป็นเรื่องยากที่จะรักษาศีลดังกล่าวได้ในโลกภายนอก ในชีวิตประจำวันเรามักมีข้ออ้างมากมายให้ทำผิดศีล แต่ในเขตปฏิบัติธรรมที่เต็มไปด้วยบรรยากาศอันแสนวิเศษของธรรมะ อิทธิพลของมารจะอ่อนกำลังกว่าโลกภายนอกมาก ฉะนั้น พวกท่านจึงควรใช้ประโยชน์จากสิ่งนี้ในการพัฒนาศีลของตนให้เข้มแข็งขึ้น ถ้าท่านยังไม่สามารถรักษาศีลในบรรยากาศเช่นนี้ได้แล้ว จะไปหวังรักษาศีลในโลกภายนอก หรือพัฒนาธรรมะได้อย่างไร

เหตุผลประการที่สอง การรักษาศีลในที่ไหนๆ ก็เป็นบุญกุศลทั้งสิ้น แต่ในเขตปฏิบัติธรรมจะเป็นบุญกุศลยิ่งกว่า เช่นเดียวกับการละเมิดศีลก็เป็นบาป โดยเฉพาะในเขตปฏิบัติธรรม จะเป็นบาปยิ่งกว่า จงเข้าใจว่าที่เป็นเช่นนี้ ก็เพราะทันทีที่มีความขุ่นมัวเกิดขึ้นในใจท่านย่อมสร้างกระแสที่ไม่ดีเข้าสู่บรรยากาศ ท่านจะไม่สามารถทำผิดศีลได้เลย ถ้าไม่มีความขุ่นมัวเกิดขึ้นในใจ ก่อนที่จะตามมาด้วยคำพูดหรือการกระทำที่เป็นอกุศล ถ้าท่านไปสร้างกระแสเช่นนี้ในตลาดที่เต็มไปด้วยกระแสไม่ดี ก็ย่อมทำให้บรรยากาศของที่นั่นแย่ลงอย่างไม่ต้องสงสัย แต่เนื่องจากที่นั่นเต็มไปด้วยกระแสที่ไม่ดีอยู่แล้ว มันจึงเห็นไม่ชัด คล้ายๆ กับรอยเปื้อนใหม่บนเสื้อผ้าที่สกปรกอยู่แล้ว แต่ถ้าท่านสร้างความขุ่นมัวขึ้นในใจเมื่ออยู่ที่ศูนย์ฯ ท่านก็จะทำลายบรรยากาศที่ดีของศูนย์ฯ ไป เหมือนกับคราบสกปรกเพียงจุดเล็กๆ บนเสื้อผ้าที่ขาวสะอาด

จิตของเรานั้นไม่ได้หยุดนิ่งอยู่เฉยๆ มันจะคอยสั่งสมทั้งสิ่งที่เป็นกุศลและอกุศล หากท่านไม่ได้สั่งสมอกุศล ก็ถือว่าได้สั่งสมกุศลและกระแสที่ดีงาม อันจะช่วยให้เกิดบรรยากาศที่ดีขึ้นแล้ว ฉะนั้น สถานที่ที่จะกลายเป็นแผ่นดินธรรมได้ ย่อมต้องอาศัยการปฏิบัติธรรมของผู้ที่มีกุศลจิต ช่วยสร้างกระแสที่ดีงามให้แก่บรรยากาศ นี่จึงเป็น

ทานที่ท่านได้มอบให้แก่ศูนย์ฯ ซึ่งนับเป็นทานที่เหนือกว่าวัตถุทานทั้งหลาย

ยิ่งผู้คนได้ไปปฏิบัติธรรมในที่นั้นๆ มากเท่าใด ก็จะยิ่งมีกระแสที่ดีเกิดขึ้น และกระแสที่ดีภายในศูนย์ฯ ก็จะเป็นประโยชน์ไม่ใช่เฉพาะกับผู้ปฏิบัติที่เข้ารับการอบรมในปัจจุบัน หากมันยังสะสมเพิ่มพูนขึ้นอีกด้วย บรรยากาศของธรรมะที่บริสุทธิ์นี้จะเกื้อกูลต่อการปฏิบัติของผู้เข้ารับการอบรมรุ่นแล้วรุ่นเล่าไปอีกนานเท่านาน ท่านไม่ทราบหรอกว่า หลังจากนี้ไปอีก 5 หรือ 10 ชั่วอายุคน หรืออีกหลายศตวรรษ จะมีใครมาปฏิบัติธรรมกันที่ศูนย์ฯ แห่งนี้บ้าง จึงนับว่าท่านได้มอบของขวัญอันวิเศษยิ่งให้แก่ผู้คนเหล่านั้น ทานของท่านนั้นประเสริฐเหลือล้น

เช่นเดียวกัน กระแสไม่ดีที่ท่านสร้างไว้ ก็จะทำร้ายผู้ปฏิบัติไม่ใช่แต่เฉพาะในปัจจุบัน หากยังส่งผลไปถึงผู้ปฏิบัติในอนาคตด้วย พวกเขาจะไม่ได้พบกับบรรยากาศที่ดี มีพลังอย่างที่ควรจะเป็น ด้วยเหตุนี้ การรักษาศีล 5 ในแผ่นดินธรรมจึงเป็นเรื่องที่สำคัญที่สุด ซึ่งจะให้ประโยชน์แก่ผู้ที่ได้สร้างกระแสพลังที่ดีงามด้วยการรักษาศีล ตลอดจนผู้ปฏิบัติอื่นๆ ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ฉะนั้น ท่านจึงต้องรักษาศีล เพราะศีลเป็นรากฐานของธรรมะ จงรักษารากฐานนี้ไว้ให้มั่นคง

ถาม *พวกเรารู้สึกว่า ศีลข้อที่รักษาได้ยากที่สุดในขณะที่รับใช้ธรรมะก็คือ สัมมาวาจาในฐานะของธรรมบริกร เป็นเรื่องยากที่จะเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ นินทาว่าร้าย และพูดเท็จ หรือให้ข้อมูลผิดๆ โดยไม่ตั้งใจ บางครั้งก็มีการเอาเรื่องส่วนตัวของผู้ปฏิบัติมาพูดคุยกัน จึงอยากขอให้ท่านอาจารย์ช่วยชี้แนะพวกเราด้วยว่าจะรักษาสัมมาวาจาได้อย่างไร*

ท่านอาจารย์ การพูดเพ้อเจ้อก็เป็นมิจฉาวาจาแบบหนึ่ง ท่านกำลังละเมิดศีล โดยเพลิดเพลินกับการพูดเพ้อเจ้อและนินทาว่าร้าย ถ้ามีใครต้องการจะนินทา เขาก็ควรออกจากศูนย์ฯ ไปเสีย ที่นี่ควรจะพูดคุยกันแต่เรื่องของธรรมะ หรือไม่ก็รักษาความเงียบให้สมบูรณ์ *ตุณหีภาโว* ดังเช่นที่พระพุทธองค์ได้ตรัสอยู่เสมอ มิฉะนั้นแล้ว ก็จะเกิดมิจฉาวาจาทั้งหลายอย่างที่ท่านได้กล่าวถึง ในขณะที่พูดคุยเพ้อเจ้อนั้น ท่านจะขาดสติมากขึ้นๆ และหลงเพลินไปกับการสนทนาจนไม่ระมัดระวังเรื่องที่พูด ซึ่งก็อาจจะสร้างปัญหาให้กับผู้ปฏิบัติได้ ท่านจึงต้องหลีกเลี่ยงการกระทำดังนี้โดยเด็ดขาด

ถาม *บางครั้งเวลาที่เรามารับใช้ธรรมะในหลักสูตร ย่อมเป็นธรรมดาที่จะมีการพูดคุยกันถึงเรื่องการปฏิบัติในแนวทางอื่นๆ รวมถึงการบำบัดรักษาโรคต่างๆ*

ท่านอาจารย์ ก็เหมือนกับนินทากันจนเป็นเรื่องธรรมดานั่นแหละ ! เลิกเรื่องธรรมดานี้เสีย เวลาที่มีอะไรผิดพลาดเกิดขึ้น เรามัก

จะพูดว่ามันเป็นเรื่อง "ธรรมดา" เปลี่ยนนิสัยนี้เสีย

ถาม *ผู้ปฏิบัติบางคนเห็นว่า การพูดคุยเรื่องนี้จะช่วยชี้ชัดให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างการปฏิบัติวิปัสสนากับแนวทางอื่น*

ท่านอาจารย์ การพูดคุยกันอาจทำให้เกิดความสับสนขึ้นได้เช่นกัน ฉะนั้น จงอย่าได้เอาประเด็นดังกล่าวมาแจกแจงอธิบายกัน ท่านอาจจะไปถกเถียงกันนอกศูนย์ฯ ก็ได้ แต่ต้องไม่ใช่ที่ศูนย์ฯ ไม่ว่าจะในกรณีใดๆ ก็ตาม

ถาม *อยากจะขอให้ท่านอาจารย์อธิบายว่าการรับใช้ธรรมะจะช่วยให้เราพัฒนาบารมีของตนเองได้อย่างไรบ้างคะ*

ท่านอาจารย์ จริงๆ แล้วการรับใช้ธรรมะก็คือการบำเพ็ญบารมีอย่างหนึ่ง เพราะผู้ที่อาสาสมัครเข้ามาได้ให้ทานด้วยธรรมะ ผู้คนทั้งหลายมาที่นี่กันเพื่อที่จะรับธรรมะ และการรับใช้ของท่านก็ได้ช่วยให้เกิดของขวัญแห่งธรรมะนี้ขึ้น ในบรรดาบารมีทั้งสิบนั้นทานเป็นหนึ่งในบารมีที่ยิ่งใหญ่ที่สุด และธรรมทานก็เป็นทานที่อยู่เหนือทานทั้งปวง พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ว่า *สัพพะทานัง ธัมมะทานัง ชินาติ* การให้ธรรมะชนะการให้ทั้งปวง

การที่ท่านได้บริจาคทานให้แก่โรงพยาบาล โรงเรียน หรือบ้านเด็กกำพร้า เพื่อประโยชน์ของผู้อื่นนั้น นับเป็นการบำเพ็ญบารมีอย่างหนึ่ง ทว่าหลังจากนั้นพวกเขาก็จะขาดแคลนยา อาหาร หรือเสื้อผ้าอีก แต่ถ้าท่านบริจาคทรัพย์ให้แก่สถานที่ที่มีการจัดอบรมธรรมะย่อมสร้างประโยชน์ยิ่งกว่า เพราะธรรมะจะช่วยให้ผู้คนทั้งหลายได้พบกับหนทางพ้นทุกข์ ซึ่งไม่มีสิ่งอื่นใดเทียบเทียมได้ ฉะนั้น การบริจาคทานแก่องค์กรหรือศูนย์ที่ให้ธรรมะจึงเป็นการบำเพ็ญบารมีที่มีค่ายิ่ง แต่ทานบารมีจะมีค่ายิ่งขึ้น เมื่อท่านได้รับใช้ธรรมะด้วยแรงกายของตัวท่านเอง

แล้วการบำเพ็ญบารมีนั้นคืออะไร ก็คือเจตนานั่นเอง ก่อนที่จะบริจาคเงิน ท่านรู้สึกว่า "โอ้ วิเศษจริงๆ เงินที่ฉันบริจาคนี่จะได้เอาไปใช้ให้เกิดประโยชน์" เจตนานี้นับเป็นการบำเพ็ญบารมีของท่าน แต่ถ้าท่านมารับใช้ธรรมะในหลักสูตร 10 วัน ไม่ว่าจะเป็นการช่วยทำอาหาร จัดการหลักสูตร หรือทำความสะอาดพื้น โดยเฝ้าแต่คิดว่า "ดูสิ การรับใช้ธรรมะของฉันเป็นประโยชน์ต่อผู้คนจำนวนมาก ฉันจะช่วยให้พวกเขาปฏิบัติกันไปได้อย่างราบรื่น ปราศจากปัญหาอุปสรรคใดๆ อย่างไรดีหนอ" ตลอดทั้ง 10 วันท่านจะมีแต่เจตจำนงอันวิเศษนี้

ดังนั้น การรับใช้ธรรมะจึงเหนือกว่าการบริจาคทรัพย์ เราไม่ได้บอกว่าการบริจาคทรัพย์ไม่ดี ไม่ใช่อย่างนั้น มันยังมีความสำคัญ เป็นเรื่องดี และให้อานิสงส์ยิ่ง แต่การรับใช้ธรรมะให้อานิสงส์ยิ่งกว่าหลายเท่า เพราะท่านจะได้พัฒนาความเมตตาปรารถนา

ดีตลอดระยะเวลาดังกล่าว บารมีของท่านจะเพิ่มพูนขึ้นทุกๆ ขณะ สำหรับข้าพเจ้าแล้ว การรับใช้ธรรมะจึงเป็นทานที่ยิ่งใหญ่ที่สุด นอกจากนี้ ในระหว่างนั้นท่านยังจะมีโอกาสได้พัฒนาบารมีอื่นๆ ที่เหลือด้วย ไม่ใช่เฉพาะแต่ทานบารมีเท่านั้น

ขณะที่รับใช้ธรรมะ บางครั้งผู้ปฏิบัติก็มีความรู้สึกปั่นป่วนและขุ่นเคือง เพราะกำลังอยู่ในระหว่างผ่าตัดจิตใจ จนมาระบายอารมณ์ใส่ท่าน แต่ท่านก็ยิ้มรับด้วยความเข้าใจว่า "คนผู้นี้กำลังเป็นทุกข์" ท่านไม่ได้ตอบโต้ด้วยความขุ่นเคือง ทว่ากลับรู้สึกเมตตาเขา ซึ่งนั่นก็ช่วยให้ขันติบารมี หรือบารมีแห่งความอดทนอดกลั้น รวมทั้งเมตตาบารมีของท่านเพิ่มพูนขึ้น และการที่ท่านได้นั่งปฏิบัติร่วมกันวันละ 2-3 ครั้ง ก็เป็นการพัฒนาปัญญาบารมีของท่านไปด้วย ในทำนองเดียวกัน บารมีอื่นๆ คือ ศีล เนกขัมมะ (การปลีกเร้น) วิริยะ (ความเพียร) สัจจะ (การตั้งอยู่ในความจริง) อธิษฐาน (ความตั้งใจมั่น) และอุเบกขา (การวางใจเป็นกลาง) ทั้งหมดนี้ก็จะได้พัฒนาขึ้นจากการรับใช้ธรรมะด้วย

เวลาที่มาเข้าปฏิบัติ ท่านจะอยู่กับตัวเองเท่านั้น แต่เวลาที่มารับใช้ธรรมะ ท่านจะได้เรียนรู้วิธีการอยู่ร่วมกับผู้อื่น และวิธีการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องเมื่อออกไปยังโลกภายนอก ถึงท่านจะฝึกปฏิบัติวิปัสสนาด้วยความขยันหมั่นเพียร และสามารถรักษาอุเบกขาต่อเวทนาทุกชนิด แต่ก็ใช่ว่าท่านจะมีชีวิตอยู่ภายในเรือนกระจกที่ปิดสนิทตลอดไป ท่านต้องรู้จักที่จะนำธรรมะไปใช้กับโลกภายนอกด้วย ซึ่งก็ไม่ใช่เรื่องง่ายเลย การได้อยู่ในศูนย์ฯ ท่ามกลางบรรยากาศแวดล้อมที่ดีและเป็นกุศล จะช่วยให้ท่านมีพลังที่จะน้อมนำธรรมะออกไปเผชิญกับความผันผวนของชีวิต

ข้าพเจ้าทราบดีจากประสบการณ์ส่วนตัวและจากคนอื่นๆ ที่ได้เริ่มเข้ามารับใช้ธรรมะว่า การปฏิบัติก้าวหน้าขึ้น สามารถปฏิบัติไปได้ลึกยิ่งขึ้น หลังจากการรับใช้ธรรมะ นอกจากนี้ อุเบกขาและเมตตาก็ดีขึ้น ทั้งนี้เพราะบารมีต่างๆ ได้เพิ่มพูนขึ้น ฉะนั้น การรับใช้ธรรมะจึงให้ผลที่น่าอัศจรรย์ในทุกๆ ด้าน

ถาม *บางครั้งในระหว่างการอบรม เราพบว่าธรรมบริกรมีเรื่องขัดแย้งกันด้วยเหตุใดเหตุหนึ่ง เราจะใช้โอกาสจากการรับใช้ธรรมะอย่างไรดี เพื่อที่จะจัดการกับอัตตาตัวเองและเรียนรู้ที่จะอ่อนน้อมถ่อมตนให้มากขึ้นครับ*

ท่านอาจารย์ หากท่านไม่สามารถรักษาใจให้สงบ มีความรักความเมตตาต่อผู้อื่น แต่กลับมีแต่ความรู้สึกขุ่นมัวแล้ว ท่านก็ควรจะถอนตัวออกไปจากการรับใช้ธรรมะเสีย ท่านอาจอ้างว่า "นี่ไม่ใช่ความผิดของฉัน เป็นของอีกฝ่ายต่างหาก" ไม่ว่าความจริงจะเป็นเช่นไร ท่านก็มีความผิดที่ได้ทำให้ตัวเองขุ่นมัวและขัดแย้งกับผู้อื่น ฉะนั้น ท่านต้องเข้าใจว่าท่าน

ไม่เหมาะสมที่จะรับใช้ธรรมะในขณะนั้น แต่ควรจะปฏิบัติมากกว่า ท่านไม่สามารถจะรับใช้ผู้อื่นได้ ถ้ามีความรู้สึกขุ่นมัวเกิดขึ้น เพราะท่านจะแพร่กระจายกระแสสั่นสะเทือนที่ไม่ดีนี้ไปสู่ผู้อื่น

ถ้าท่านเห็นว่าอีกฝ่ายทำผิด ก็ควรจะแสดงความเห็นกับเขาอย่างสุภาพอ่อนน้อม ค่อยๆ อธิบายความคิดของท่าน และพยายามเข้าใจมุมมองของอีกฝ่ายด้วยใจจริง ถ้าเขายังไม่เปลี่ยนแปลง ก็ให้หาโอกาสอธิบายอีกครั้งอย่างสุภาพอ่อนน้อม แต่ก็เป็นไปได้ว่าเขาอาจจะยังไม่เห็นด้วยอยู่ดี ซึ่งข้าพเจ้าขอแนะนำให้ท่านอธิบายเพียงแค่สองครั้งก็พอ ยกเว้นกรณีที่จำเป็นจริงๆ ท่านอาจหยิบยกปัญหานั้นมาพูดคุยอีกเป็นครั้งที่สาม แต่อย่าให้เกินกว่านี้ เพราะถึงแม้ความคิดเห็นของท่านจะถูก แต่การพูดถึงเรื่องเดิมๆ มากกว่าสามครั้งแสดงให้เห็นว่าท่านเริ่มมีความยึดมั่นถือมั่นอย่างเหนียวแน่น ต้องการให้สิ่งต่างๆ เป็นไปตามความคิดของตน นั่นเป็นเรื่องที่ไม่ถูกต้อง ขอให้อธิบายความเห็นของท่านเพียงแค่ครั้งสองครั้ง หรืออย่างมากที่สุดสามครั้ง และถ้ายังไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง ก็ให้พูดกับเขาอย่างสุภาพว่า "ผมมีความเห็นแบบนี้ เราเอาเรื่องนี้ไปปรึกษากับผู้ใหญ่กันเถิด"

แต่ก่อนที่เรื่องจะไปถึงคนอื่น ขอให้พูดคุยกับผู้ที่มีความคิดเห็นแตกต่างจากท่านเสียก่อน จากนั้นจึงค่อยไปหารือกับผู้ใหญ่ ซึ่งอาจเป็นศิษย์เก่าอาวุโส กรรมการ ผู้ช่วยอาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส อาจารย์ในพื้นที่ หรืออาจารย์ใหญ่ ขอให้จำไว้ว่า ท่านต้องพูดคุยปัญหากับเจ้าตัวก่อน ถ้าทำได้เช่นนี้ ก็จะไม่เกิดวจีกรรมที่เป็นอกุศล มิฉะนั้นแล้วจะกลายเป็นการนินทาลับหลัง ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่ถูกต้อง

ถ้าไม่มีอะไรเกิดขึ้น และคนผู้นั้นยังไม่แก้ไขปรับปรุงตัวเอง ก็อย่าไปถือโทษโกรธเขา ให้เมตตาเขามากๆ จงหมั่นสำรวจตัวเองอยู่เสมอๆ ถ้าท่านมีความรู้สึกขุ่นเคืองเพราะสิ่งที่ต้องการไม่ได้ดั่งใจ นั่นแสดงว่าท่านมีอัตตาแรงกล้าและยึดถือตัวเองเป็นใหญ่ ซึ่งขัดกับธรรมะ จงแก้ไขตัวเองก่อนที่จะพยายามไปแก้ไขผู้อื่น

ถาม *บางครั้งดูเหมือนว่า เราจะรับเอาสิ่งที่ไม่ดี ความกลัว หรืออื่นๆ มาจากผู้ปฏิบัติที่เรากำลังดูแลรับใช้อยู่ เรื่องนี้เกิดขึ้นได้อย่างไร และเราควรจะทำอย่างไรดีคะ*

ท่านอาจารย์ ท่านไม่สามารถรับอะไรจากใครได้ ถ้าท่านรู้สึกว่าได้รับผลกระทบจากอารมณ์ของผู้ปฏิบัติ นั่นเป็นเพราะท่านมีกิเลสชนิดเดียวกันนั้นสะสมอยู่ในตัวของท่าน ยกตัวอย่างเช่น ถ้าปมของความกลัวได้ผุดโผล่ขึ้นมาบนพื้นผิวของผู้ปฏิบัติจากการปฏิบัติวิปัสสนา บรรยากาศรอบตัวของคนๆ นั้นก็จะเต็มไปด้วยกระแสสั่นสะเทือนชนิดนี้ และจะไปกระตุ้นให้ความกลัวที่นอนเนื่องอยู่

ในตัวของท่านผุดโผล่ขึ้นมาด้วย ฉะนั้น จึงต้องขอบคุณเขาที่ช่วยเปิดโอกาสให้ท่านได้ขจัดกิเลสของตัวท่านเอง จงปฏิบัติด้วยการเฝ้าสังเกตเวทนาและไปให้พ้นจากมันเสีย ทำไมจะต้องวิตกกังวลด้วย

ขณะที่ท่านอยู่ในศูนย์ฯ ท่ามกลางบรรยากาศเช่นนี้ ท่านจะสามารถเฝ้าสังเกตสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นและขจัดมันออกไปได้ ถ้าท่านได้หลุดพ้นจากกิเลสนั้นๆ แล้ว มันก็จะไม่สามารถทำอะไรท่านได้อีก เมื่อไปกระทบกับกิเลสชนิดนั้น ยกตัวอย่างเช่น เมื่อผู้ที่กำลังโกรธเกรี้ยวเข้าใกล้พระพุทธเจ้า ย่อมไม่สามารถทำให้พระองค์โกรธตามได้ เพราะพระองค์ได้ทรงหลุดพ้นจากความโกรธโดยสิ้นเชิงแล้ว ฉะนั้น ตราบใดที่ท่านยังมีเมล็ดพันธุ์ของกิเลสอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่ในตัว เมื่อกิเลสชนิดนั้นปรากฏขึ้นรอบๆ ตัว มันก็จะไปขุดคุ้ยกิเลสในตัวของท่านขึ้นมาด้วย

ถาม *เหตุใดธรรมบริกรและผู้ปฏิบัติจึงต้องงดเว้นจากการถูกเนื้อต้องตัวกัน ในระหว่างที่มีการอบรมหรือตลอดเวลาที่อยู่ในศูนย์ฯ ไม่ว่าจะมีการอบรมหรือไม่ก็ตาม การถูกเนื้อต้องตัวกันไม่ใช่วิธีที่จะแสดงถึงความเมตตาหรอกหรือครับ*

ท่านอาจารย์ ท่านบอกว่าการถูกเนื้อต้องตัวกันเป็นแค่การแสดงถึงความเมตตาเท่านั้น แต่มันก็พาให้เลยเถิดไปได้ เพราะท่านไม่รู้หรอกว่าเมื่อใดจะตกหลุมพรางของความใคร่ จึงเป็นเรื่องสำคัญมากที่เราจะต้องหลีกเลี่ยงจากอันตรายนี้ ไม่มีเหตุผลอะไรที่จะถูกเนื้อต้องตัวกันในศูนย์ฯ

มักจะมีคนพูดกับข้าพเจ้าว่า ในโลกตะวันตกการถูกเนื้อต้องตัวกันไม่เกี่ยวข้องกับเรื่องความใคร่ ถึงจะไม่ใช่เช่นนั้นเสมอไป แต่ข้าพเจ้าก็เห็นมาหลายๆ กรณีในประเทศตะวันตก ที่ผู้ปฏิบัติถูกเนื้อต้องตัวกันโดยบอกว่าไม่ได้มีความใคร่ แล้วในที่สุดก็เกิดเหตุการณ์ที่ไม่ดีขึ้นจนได้

ท่านจึงต้องระวังเป็นพิเศษ เพราะท่านกำลังทำงานอยู่ในแผ่นดินธรรม ซึ่งพลังของอธรรมก็มักจะพยายามหาทางเข้าจู่โจมท่าน ท่านถือเป็นตัวแทนของธรรมะ ถ้ามีจุดอ่อนแม้เพียงเล็กน้อย (และความใคร่ก็เป็นจุดอ่อนที่สำคัญเสียด้วย) กระแสของอธรรมเหล่านี้ก็จะไปกระตุ้นความใคร่ในตัวท่านให้ผุดโผล่ขึ้นมา แล้วท่านก็จะทำลายบรรยากาศทั้งหมด ฉะนั้น ทางที่ดีท่านจึงควรที่จะหลีกเลี่ยงการถูกเนื้อต้องตัวกันไว้ก่อน ถ้ามีใครหาเหตุผลมาโต้แย้ง ก็ไม่ต้องไปฟัง เพราะเรื่องนี้เป็นกฎที่ทุกๆ ศูนย์ฯ หรือแม้แต่ในสถานที่ที่มีการจัดอบรมชั่วคราวต้องถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด

ถาม *ระหว่างที่ผู้ปฏิบัติมารับใช้ธรรมะหรืออยู่ในศูนย์ฯ อาจมีความรู้สึกสนใจผู้ปฏิบัติด้วยกัน จนอยากจะผูกสัมพันธ์และหวังเป็นคู่ธรรม ผู้ที่กำลังมีความรู้สึกเช่นนี้หรือได้*

พัฒนาความสัมพันธ์กันไปแล้ว ควรจะปฏิบัติตนเช่นใดในขณะที่รับใช้ธรรมะหรืออยู่ในศูนย์ฯ

ท่านอาจารย์ ต้องเข้าใจให้ชัดเจนว่า สถานที่ปฏิบัติธรรมไม่ใช่สถานที่ที่จะมาเกี้ยวพาราสีหรือพรอดรักกัน ไม่ว่าจะเพิ่งรู้จักกันหรือรู้จักกันแล้วก็ตาม ถ้าธรรมบริกรคนใดรู้สึกว่าตนเองกำลังสนใจอีกฝ่าย ก็ควรจะรีบออกไปจากศูนย์ฯ ทันที ไม่ควรอยู่ต่อแม้เพียงนาทีเดียว ขอให้ไปสานต่อความสัมพันธ์ที่หวานชื่นกันนอกศูนย์ฯ ระหว่างที่อยู่ในศูนย์ฯ ท่านจะต้องประพฤติตนต่อกันฉันท์พี่น้อง ถ้ามีความใคร่เกิดขึ้นในใจแม้เพียงเศษเสี้ยว ก็รบกวนบรรยากาศของศูนย์ฯ แล้ว ฉะนั้น ต้องหลีกเลี่ยงเรื่องนี้โดยเด็ดขาด ธรรมบริกรทุกคนต้องเข้าใจชัดว่า สถานปฏิบัติธรรมไม่ใช่ที่ที่จะมาสร้างสัมพันธ์ฉันท์ชู้สาวกัน

ถาม *เหตุใดจึงต้องแบ่งแยกเขตชายหญิงในระหว่างที่มีการอบรมหรืออยู่ในศูนย์ด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ เป็นเหตุผลเดียวกับที่ได้อธิบายไปแล้ว ความใคร่เป็นจุดอ่อนที่สำคัญที่สุด มันจะหาทางแสดงออก ถ้าไม่มีการแบ่งแยกเขตชายหญิง ฉะนั้น เราจึงควรแบ่งแยกเขตชายหญิงไว้ ซึ่งจะเป็นผลดีแก่ทั้งตัวท่านเองและผู้ที่มาเข้ารับการอบรม

ถาม *ในขณะที่รับใช้ธรรมะ ตอนไหนควรจะทำอานาปานะ วิปัสสนา หรือแผ่เมตตาคะ*

ท่านอาจารย์ เป็นคำถามที่ดี ท่านมารับใช้ธรรมะ ไม่ได้มาเข้าปฏิบัติ ฉะนั้น ท่านจึงควรพิจารณาเองว่าจะปฏิบัติอย่างไร ก็เหมือนกับที่ปฏิบัติประจำวันที่บ้าน ท่านต้องตัดสินใจเองว่าจะเริ่มต้นด้วยอานาปานะก่อน หรือจะปฏิบัติวิปัสสนาเลย และถ้าเริ่มด้วยอานาปานะ ก็ต้องตัดสินใจว่าจะปฏิบัตินานเท่าไร นั่นขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของธรรมบริกรแต่ละคน ถ้าท่านรู้สึกว่าสมาธิของท่านอ่อนมาก และต้องการจะพัฒนาสมาธิให้เข้มแข็งด้วยการทำอานาปานะตลอด 3 วันแรก ก่อนที่จะเปลี่ยนไปทำวิปัสสนาก็ได้

ที่สำคัญที่สุดก็คือ ท่านต้องปฏิบัติวันละ 2-3 ครั้งในขณะที่มารับใช้ธรรมะบนผืนแผ่นดินธรรม ถ้าท่านไม่ปฏิบัติ ก็จะไม่สามารถรับใช้ธรรมะอย่างถูกต้อง หรือช่วยสร้างบรรยากาศที่ดีได้ นี่จึงเป็นประโยชน์ต่อตัวท่านเอง รวมถึงผู้ปฏิบัติที่ท่านกำลังรับใช้ด้วย ฉะนั้น ท่านจะต้องปฏิบัติ

ความยากลำบากประการหนึ่งที่เห็นได้ชัดคือ บางครั้งในระหว่างการอบรมมีธรรมบริกรน้อย แต่ละคนก็อยากจะนั่งหลับตาปฏิบัติในชั่วโมงปฏิบัติรวม นั่นเป็นเรื่องที่ไม่ถูกต้อง เพราะท่านมาที่นี่ในฐานะของธรรมบริกร ไม่ใช่ผู้ปฏิบัติ

ในชั่วโมงปฏิบัติรวมควรจะมีธรรมบริกรสักคนสองคนคอยลืมตาดูว่า ผู้ปฏิบัติคนไหนมีปัญหาบ้าง แต่ถ้ามีธรรมบริกรมาก ก็อาจแบ่งความรับผิดชอบกัน ให้ธรรมบริกรชาย

หญิงฝ่ายละคนสองคนทำหน้าที่ดูผู้ปฏิบัติ ในขณะที่คนอื่นๆ ปฏิบัติอย่างจริงจังไป ไม่ผิดอะไร แต่ถ้าธรรมบริกรทั้งหมดพากันนั่งหลับตา ก็จะเกิดปัญหาได้ เพราะอาจารย์จะไม่สามารถส่งสัญญาณบอกท่านได้ หากต้องการความช่วยเหลือ นี่จึงเป็นเรื่องที่ควรหลีกเลี่ยง

ถาม *ช่วงสามทุ่มที่ธรรมบริกรรับเมตตา ทำไมจึงต้องเพ่งความสนใจไปที่กระหม่อมด้วยคะ*

ท่านอาจารย์ เป็นคำถามที่ดี ตามกฎของธรรมชาติแล้ว กระแสพลังจะไหลออกทางส่วนปลายสุดของร่างกาย (ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และกระหม่อม) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขณะที่ปฏิบัติ ถ้าท่านเป็นนักปฏิบัติที่ดี ก็จะมีกระแสพลังไหลออกอยู่ตลอดเวลา ซึ่งรวมถึงสิ่งที่ไม่ดีหรือความไม่บริสุทธิ์บางอย่างด้วย แต่มีเพียงจุดเดียวคือกระหม่อม ที่สามารถเปิดรับกระแสพลังจากบรรยากาศรอบๆ ได้ด้วย ส่วนจุดอื่นๆ ไม่สามารถทำได้

ในขณะที่รับเมตตาอยู่นั้น ท่านกำลังรับกระแสพลังที่ดีของธรรมะ ถ้าท่านเพ่งความสนใจไปที่กระหม่อม และสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นในบริเวณนั้น ก็แสดงว่าขณะนั้นส่วนบนสุดของท่านได้เปิดออกแล้ว ระหว่างนั้นท่านต้องมีความตั้งใจที่จะรับกระแสพลังที่ดีทั้งหลายที่เข้ามาด้วย ถ้าจิตของท่านยิ่งสงบและบริสุทธิ์มากเท่าใด ท่านก็จะสามารถรับกระแสพลังของเมตตาได้จากจุดนี้ ด้วยเหตุนี้ บริเวณดังกล่าวจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง

ถาม *ถ้าผู้ปฏิบัติเผชิญกับพายุอารมณ์ แล้วผู้ช่วยอาจารย์ติดงานอื่นอยู่ในขณะนั้น พวกเราในฐานะของธรรมบริกรจะช่วยเหลือผู้ปฏิบัติ ด้วยการให้คำแนะนำในการปฏิบัติ เช่น บอกให้ทำอานาปานะมากขึ้น และเพ่งความสนใจไปที่ฝ่ามือฝ่าเท้า หรือให้ผ่อนคลายมากขึ้นด้วยการเอนหลังหรือเดิน จะได้ไหมคะ*

ท่านอาจารย์ นั่นเป็นเรื่องที่เสี่ยงมาก ท่านต้องเข้าใจว่าผู้ที่ได้รับอนุญาตให้สอนธรรมะในฐานะของผู้ช่วยอาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส หรืออาจารย์เต็มตัวนั้น เป็นผู้ที่สามารถเชื่อมต่อกับกระแสพลังที่ดีของธรรมะในขณะที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์ ซึ่งก็จะช่วยผู้ปฏิบัติได้

ธรรมบริกรไม่ใช่อาจารย์ที่ได้รับแต่งตั้ง จึงไม่ควรทำหน้าที่ของอาจารย์โดยเด็ดขาด ในกรณีที่ผู้ช่วยอาจารย์ไม่อาจทำหน้าที่ได้ในขณะนั้น ท่านอาจคิดว่า "ผู้ปฏิบัติกำลังมีปัญหา ฉันควรจะให้คำแนะนำไปก่อน" แต่จงระวังอย่าทำเช่นนั้น อย่างมากที่ท่านจะบอกได้ก็คือ "ไปนอนพักก่อนนะคะ ถ้าอาจารย์เสร็จงานเมื่อไร ดิฉันจะพาคุณไปพบกับท่านค่ะ" นั่นไม่ใช่เรื่องของการปฏิบัติ ต้องไม่เข้าไปยุ่งกับเรื่องของการปฏิบัติ จง

อย่าได้พูดอะไรมากไปกว่านี้ หรือพยายามให้คำแนะนำใดๆ เพราะคำแนะนำของท่านอาจสร้างปัญหาให้แก่ผู้ปฏิบัติ ผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ทำหน้าที่สำคัญและเชื่อมต่อกับกระแสธรรมะก็คือผู้ช่วยอาจารย์

ถาม *ระหว่างที่รับใช้ธรรมะหรืออยู่ในศูนย์ฯ เราควรจะอ่านแต่หนังสือที่เกี่ยวกับคำสอนของพระพุทธเจ้า หรือไม่ก็หนังสือพิมพ์และวารสารเท่านั้น ผู้ปฏิบัติมักถามว่า เหตุใดพวกเขาจึงไม่สามารถอ่านหนังสืออื่นๆ ที่พวกเขารู้สึกว่าไปกันได้กับวิปัสสนา อยากจะขอให้ท่านอาจารย์ช่วยอธิบายถึงเหตุผลของกฎข้อนี้ด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ แล้วใครกันล่ะที่จะมีหน้าที่คอยบอกว่าหนังสือเล่มนี้เหมาะ เล่มนั้นไม่เหมาะ ท่านจะหวังให้ผู้ช่วยอาจารย์ตรวจสอบหนังสือทุกเล่มที่นำติดตัวมาด้วยไม่ได้ ทางที่ดีจึงไม่ควรจะนำหนังสือมาเลย เก็บไว้อ่านข้างนอกเถิด ทำไมจะต้องทำลายบรรยากาศของที่นี่ด้วย

ธรรมบริกรควรระลึกอยู่เสมอว่า เรามาที่ศูนย์ฯ เพื่อช่วยสร้างบรรยากาศที่ดี ถ้าท่านต้องการจะอ่านหนังสือที่อาจรบกวนบรรยากาศของศูนย์ฯ ก็ควรจะออกไปจากศูนย์ฯ ซะ เพราะเป็นเรื่องยากกว่าที่จะสร้างบรรยากาศของธรรมะขึ้นมาได้ เราจึงต้องการรักษาบรรยากาศนี้ไว้ เพื่อประโยชน์ชั่วลูกชั่วหลานตราบนานเท่านาน ขอจงระวังอย่าได้ทำลายบรรยากาศนี้ ไม่ใช่เรื่องดีเลยที่จะปล่อยให้มีการทำลายบรรยากาศของศูนย์ฯ ไม่ว่าจะด้วยข้ออ้างใดๆ ก็ตาม

ถาม *เราควรจะทำอย่างไร ถ้ามีพายุอารมณ์เกิดขึ้น แต่ต้องทำงานให้เสร็จเพราะไม่มีใครทำแทนได้ ถ้าเป็นช่วงที่รู้สึกแย่จริงๆ จากการเป็นธรรมบริกรติดต่อกันมานาน เมื่อใดที่เราควรจะปฏิบัติให้มากขึ้นและเมื่อใดที่ควรจะออกไปจากศูนย์ฯ คะ*

ท่านอาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์ที่รับผิดชอบการอบรมในขณะนั้น อยู่ในสถานะที่ดีที่สุดที่จะให้คำแนะนำแก่ท่านได้ ท่านควรจะไปพบกับอาจารย์และปรึกษาเรื่องนี้

ถาม *ปกติธรรมบริกรจะไม่ค่อยมีโอกาสได้ออกกำลังกายในระหว่างที่รับใช้ธรรมะ พวกเขาจะฝึกโยคะในระหว่างที่รับใช้ธรรมะหรืออยู่ในศูนย์ฯ ได้ไหมครับ*

ท่านอาจารย์ การฝึกโยคะอาสนะไม่ขัดกับวิปัสสนา แต่ไม่ควรฝึกในศูนย์ฯ เพราะอาจรบกวนผู้ปฏิบัติ หากไปพบเห็นเข้า ไม่ใช่เรื่องดีเลยที่จะไปสร้างอุปสรรคขวางความก้าวหน้าของผู้ปฏิบัติ ถ้าธรรมบริกรมีห้องพักส่วนตัว ก็ฝึกโยคะอาสนะได้ แต่จะต้องไม่รบกวนผู้อื่น อย่างไรก็ตามควรขออนุญาตจากผู้ช่วยอาจารย์ที่ดำเนินการอบรมก่อน ถ้าผู้ช่วยอาจารย์เห็นว่าการฝึกโยคะจะไม่รบกวนผู้ปฏิบัติ ก็ทำได้ มิฉะนั้นแล้วก็ไม่ควรทำ แค่เดินก็เป็นการออกกำลังกายที่

เพียงพอแล้ว

ถาม *เวลาที่ท่านอาจารย์สอนเป็นภาษาอังกฤษ เหตุใดจึงต้องใช้คำบาลีและฮินดีในบทสวดมนต์และธรรมบรรยายด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ มันเป็นคำที่จับใจข้าพเจ้า ภาษาบาลีเป็นภาษาของพระผู้มีพระภาคเจ้า ส่วนภาษาฮินดีก็เป็นภาษาแม่ของข้าพเจ้า คำเหล่านี้ยังช่วยสร้างกระแสสั่นสะเทือนที่ดีให้แก่ผู้ปฏิบัติในขณะที่ปฏิบัติด้วย ในธรรมบรรยายภาษาอังกฤษ ข้าพเจ้าจะระมัดระวังพยายามใช้คำเหล่านี้ให้น้อยที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ แต่ในธรรมบรรยายภาษาฮินดีนั้น คาถาบาลีมีประโยชน์มาก ช่วยให้เกิดแรงบันดาลใจและช่วยให้เข้าใจได้ง่ายยิ่งขึ้นสำหรับผู้ปฏิบัติชาวอินเดียจำนวนมากที่มาเข้ารับการอบรมเพียงไม่กี่ครั้ง

อย่างไรก็ตาม แม้แต่ในประเทศตะวันตกก็มักจะมีผู้ปฏิบัติเก่าๆ มาบอกกับข้าพเจ้าว่า "เวลาที่ท่านสวดคาถาบาลี พวกเรารู้สึกถึงกระแสสั่นสะเทือนที่ดี" ผู้ปฏิบัติใหม่อาจไม่เห็นด้วย และอาจหงุดหงิด คิดว่า "เป็นบทสวดอะไรกันนี่ ทำไมท่านอาจารย์จะต้องมารบกวนฉันด้วย" แต่เขาก็จะค่อยๆ เข้าใจถึงผลดีทีละน้อย

ในการบันทึกเทปธรรมบรรยายภาษาอังกฤษครั้งล่าสุด ได้มีการตัดข้อความบาลีออกไปจนเหลือน้อยที่สุด แล้วหลังจากนั้นก็มีเสียงบ่นเข้ามาอีก เราคงไม่สามารถทำให้ทุกคนพอใจได้หมด อย่างไรก็มีคนที่ไม่พอใจอยู่ดี แต่เราต้องทำงานให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ และท่านก็ต้องรับใช้ธรรมะให้ดีที่สุดเท่าที่ท่านจะทำได้ในฐานะของธรรมบริกร

ถาม *การที่ผู้ปฏิบัติเก่ากล่าวคำว่า "สาธุ" แล้วก้มลงกราบนั้นมีความหมายอะไรหรือเปล่าคะ หรือเป็นแค่เรื่องของพิธีกรรมเท่านั้น*

ท่านอาจารย์ นั่นไม่ใช่เรื่องของพิธีกรรมเลย อย่างที่ข้าพเจ้าได้กล่าวไปแล้วว่า ที่ส่วนบนสุดของศีรษะหรือกระหม่อมนั้นสามารถเปิดรับกระแสพลังได้ ในขณะที่อาจารย์แผ่เมตตาโดยกล่าวคำว่า "ภวตุ สัพพะ มังคะลัง" จะเกิดกระแสสั่นสะเทือนที่ดีขึ้น และเวลาที่ท่านน้อมตัวลง ก็จะได้รับกระแสเมตตาทางกระหม่อม การเปิดรับกระแสที่ดีจะเป็นประโยชน์ต่อตัวท่านเอง ถ้าหากท่านกระหายน้ำ แล้วมีคนรินน้ำให้ ท่านจะรับน้ำนั้นได้ก็ต่อเมื่อกอบมือไปรองรับ แต่ถ้าท่านปล่อยมือออกจากกัน น้ำก็จะไหลทิ้งไป

การกล่าวคำว่า "สาธุ" ยังเป็นการแสดงถึงมุทิตาจิตร่วมยินดีไปกับอาจารย์ที่ได้แผ่เมตตา ทั้งการก้มกราบและการกล่าวคำว่า "สาธุ" ล้วนเป็นไปเพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง ไม่เกี่ยวข้องกับพิธีกรรมใดๆ เป็นธรรมเนียมที่ดีงามมาแต่โบราณ จงรู้จักนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ ❖



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

มกราคม 2535

ถาม–ตอบ

ถาม *ผมเป็นนักศึกษา มาที่นี่เพื่อปฏิบัติวิปัสสนา แต่พอกลับไปแล้ว อาจารย์ของผมบอกว่า "เธอยังเด็กเกินไปที่จะปฏิบัติวิปัสสนา" อย่างนี้ผมควรจะทำอย่างไรดีครับ*

ท่านอาจารย์ เธอไม่ได้ทำผิดอะไร อาจารย์ของเธอต่างหากที่เข้าใจผิด ในประเทศของเรามีความคิดผิดๆ ว่า การเจริญภาวนาควรกระทำในช่วงที่ 4 หรือช่วงบั้นปลายของชีวิต นั่นเป็นความคิดที่ไม่ถูกต้อง พอถึงตอนนั้นร่างกายก็แทบจะหมดสิ้นเรี่ยวแรง จิตใจอ่อนแอ ประสาทสัมผัสต่างๆ ก็เสื่อมถอย ทำให้เธอปฏิบัติได้ไม่ดีเท่าที่ควร อันที่จริงแล้ววัยของเธอเป็นวัยที่สมควรจะเริ่มปฏิบัติวิปัสสนา เพราะมันเป็นศิลปะของการดำเนินชีวิต ซึ่งจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งไปชั่วชีวิต ฉะนั้น จงปฏิบัติต่อไป ไม่ว่าอาจารย์ของเธอจะพูดอย่างไร ก็อย่าได้กังวล

ถาม *บ่อยครั้งที่เราจำเป็นต้องทำอะไรเด็ดขาด แต่ท่านบอกว่าเราต้องทำด้วยความเมตตากรุณา ในกรณีที่เราไม่มีความรู้สึกเมตตากรุณา ก็ไม่ควรจะทำอะไรเลยหรือคะ ถ้าเช่นนั้นคนที่ทำผิดก็จะได้ใจ แล้วอย่างนี้ควรจะทำอย่างไรคะ*

ท่านอาจารย์ อย่าให้ท้ายสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เราต้องคัดค้านสิ่งที่ไม่ถูกต้อง แต่ด้วยพื้นฐานของความเมตตากรุณา ถ้าทำไม่ได้ก็อย่าหาข้ออ้าง จงเข้าใจว่านี่เป็นความบกพร่องของตัวท่านเอง และคราวหน้าหากเกิดเหตุการณ์เช่นนั้นอีก ท่านจะพยายามมีเมตตากรุณา และคัดค้านสิ่งที่ไม่ถูกต้องบนพื้นฐานนี้ ถ้าท่านมัวแต่หาข้อแก้ตัวให้กับความผิดพลาดของตนเอง ก็จะไม่สามารถปรับปรุงตัวให้ดีขึ้นได้

ถาม *คำจำกัดความของ "บาป" คืออะไรคะ*

ท่านอาจารย์ อะไรก็ตามที่ทำให้จิตใจของเรามัวหมองก็คือบาป การกระทำทุกอย่างไม่ว่าจะโดยทางกายหรือทางวาจา ที่ทำลายความสงบสุขของผู้อื่น ทำร้ายผู้อื่น ย่อมทำให้จิตใจของผู้กระทำมัวหมองเป็นเบื้องแรก ก่อนที่จะตามมาด้วยการก่อกรรมทำเข็ญ ทั้งหมดนี้ก็คือบาปกรรม

ถาม *มีสิ่งพิมพ์ธรรมะจำนวนมากที่สถาบันวิจัยวิปัสสนาได้ตีพิมพ์ออกมาเป็นภาษาอังกฤษ ได้โปรดให้ความสำคัญกับภาษาฮินดีบ้าง พระพุทธองค์ทรงประทานธรรมะเป็นภาษาเฉพาะ เรามีความเห็นว่างานทั้งหมดควรใช้ภาษาฮินดี ท่านมีนโยบายในเรื่องนี้อย่างไรครับ*

ท่านอาจารย์ ถ้าภาษาฮินดีเป็นภาษาที่ใช้กันทั่วโลกแล้ว เราก็น่าจะใช้เฉพาะภาษาฮินดี แต่นี่ไม่ได้เป็นอย่างนั้น ผู้คนมากมายทั่วโลกสื่อสารกันด้วยภาษาอังกฤษ ฉะนั้นคำสอนวิปัสสนาสำหรับพวกเขาจึงต้องเป็นภาษาอังกฤษ การจัดทำสิ่งพิมพ์เป็นภาษาอังกฤษไม่ได้ขัดกับคำสอนของพระพุทธองค์ จริงอยู่ที่เราต้องทำงานในประเทศนี้ ซึ่งใช้ภาษาฮินดีเป็นภาษาประจำชาติ และสิ่งพิมพ์ภาษาฮินดีก็ยังมีค่อนข้างน้อย แน่นอนว่าเราเองก็อยากจะให้มีผู้แปลสิ่งพิมพ์ภาษาอังกฤษเป็นภาษาฮินดีเพิ่มขึ้น รวมทั้งเขียนในสิ่งที่ตรงกับหลักคำสอนของพระพุทธองค์

ถาม *บางครั้งมีผู้แสดงความจำนงจะบริจาคที่ดินให้สำหรับสร้างศูนย์ฯ แต่ต้องการจะกันที่ส่วนหนึ่งไว้ใช้เองด้วย กรณีเช่นนี้เราควรจะมีนโยบายอย่างไรคะ*

ท่านอาจารย์ การรับบริจาคที่ดินจากผู้ที่อาศัยอยู่ติดกับศูนย์ฯ ซึ่งให้ที่ดินเพียงบางส่วนสำหรับสร้างศูนย์ฯ นั้น ไม่ควรจะเกิดขึ้นอีกในอนาคต เราเคยทำผิดพลาดเช่นนี้มาถึง 3 ครั้ง ซึ่งก็เพียงพอแล้ว ทุกครั้งที่มีผู้บริจาคที่ดินใกล้กับที่พักอาศัยของตน เขาจะมีความรู้สึกลึกๆ ว่า "นี่เป็นที่ดินที่ฉันบริจาคให้" และเมื่อศูนย์ฯ เติบโตขึ้น ก็มีแนวโน้มที่จะเข้ามาควบคุมศูนย์ฯ ซึ่งจะทำให้เกิดเรื่องยุ่งยากตามมามากมาย ในอนาคตไม่ว่าข้าพเจ้าจะยังอยู่ที่นี่หรือไม่ก็ตาม ไม่ควรจะรับบริจาคในลักษณะนี้อีก

ถาม *ท่านมีหลักเกณฑ์อย่างไรในการพิจารณาแต่งตั้งผู้ช่วยอาจารย์และคณะกรรมการครับ*

ท่านอาจารย์ มีหลักเกณฑ์มากมาย แต่ข้าพเจ้าขอสงวนไว้เป็นส่วนตัว อย่างไรก็ตามข้าพเจ้าอยากจะพูดถึงสิ่งที่ทำให้คนผู้นั้นขาดคุณสมบัติที่จะเป็นผู้ช่วยอาจารย์หรือกรรมการ ถ้าคนผู้นั้นอยากจะเป็นอาจารย์ กรรมการ เลขานุการ ผู้จัดการ อยากมีตำแหน่ง สถานภาพ หรืออำนาจแล้ว ข้าพเจ้าจะขีดเส้นใต้สีแดงไว้ที่ชื่อของคนๆ นั้น เพราะคนเช่นนี้ไม่เหมาะที่จะเข้ามาช่วยงานธรรมะเลย ส่วนผู้ที่มีความมุ่งมั่นว่า "ฉันต้องการจะรับใช้ธรรมะ จะให้ช่วยงานในตำแหน่งไหนก็ได้ จะให้ฉันไปยืนเฝ้าศิษย์ ฉันก็จะไป จะให้ฉันไปขัดส้วม ฉันก็จะไป" แล้วเขาก็ทำอย่างนั้นจริงๆ คนแบบนี้แหละที่เหมาะสม วันหนึ่งเมื่อเขาพัฒนาคุณสมบัติด้านอื่นๆ จนถึงพร้อม ก็จะก้าวขึ้นสู่ตำแหน่งสูงสุดได้ การรับใช้ธรรมะจึงไม่ใช่การเสริมสร้างอัตตา

แต่เป็นการละลายอัตตา

ถาม *อาจารย์สอนวิปัสสนาชาวตะวันตกในสายอื่นๆ จำนวนหนึ่ง รวมทั้งนักจิตวิทยาชาวตะวันตก บอกว่าจะใช้วิปัสสนาแก้ปัญหาชีวิตอย่างเดียวไม่พอ ต้องอาศัยวิธีการทางจิตบำบัดด้วย เพราะมันสอนให้เรารู้ว่าจะจัดการกับอารมณ์ที่เจ็บปวดได้อย่างไร ทั้งยังช่วยอธิบายประสบการณ์จากการปฏิบัติภาวนาได้อีกด้วย*

ท่านอาจารย์ นั่นเป็นสิ่งที่อาจารย์สอนวิปัสสนาคนอื่นๆ พูด ซึ่งเป็นปัญหาของเขา ไม่ใช่ของเรา จะเอาทั้งสองอย่างนี้มาเปรียบเทียบกันไม่ได้ วิปัสสนานำพาเราลงไปถึงระดับลึกของจิต คนไหนๆ ก็ไม่ควรเอานักจิตบำบัดมาเปรียบกับพระพุทธเจ้า พระองค์ทรงค้นพบวิธีการชำระจิตในระดับที่ลึกที่สุด ความพยายามที่จะเพิ่มเติมเสริมแต่งบางสิ่งบางอย่างเข้าไป ล้วนเกิดจากการกระทำของผู้ที่ไม่เข้าใจวิปัสสนา ไม่ได้ฝึกปฏิบัติวิปัสสนาอย่างถูกต้อง วิปัสสนาหรือธรรมะนั้นเป็น *เกวลัง ปริปุณณัง* คือมีความสมบูรณ์ในตัวเอง โดยไม่จำเป็นต้องเพิ่มเติมสิ่งใดเข้าไป และเป็น *เกวลัง ปริสุทธัง* คือมีความบริสุทธิ์อย่างยิ่ง จนไม่สามารถจะตัดทอนสิ่งใดออกไปได้ การผสมปนเปใดๆ มีแต่จะก่อให้เกิดอันตราย

ถาม *ในขณะที่เรากำลังปฏิบัติวิปัสสนาและเพ่งความสนใจไปที่ฝ่ามือฝ่าเท้านั้นจริงๆ แล้วเกิดอะไรขึ้น มีอะไรออกไปจากร่างกายจริงๆ หรือเปล่า หรือนั่นเป็นแค่ภาพลวงตา เหตุใดเราจึงต้องเน้นที่ฝ่ามือฝ่าเท้าทั้งสี่จุดนี้ด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ สิ่งที่จะออกไปก็คือความไม่บริสุทธิ์ แต่ไม่ใช่เพราะท่านเคลื่อนความสนใจไปที่ฝ่ามือฝ่าเท้า ความไม่บริสุทธิ์ออกไปก็เพราะท่านมีอุเบกขา ท่านอยู่กับเวทนาและวางอุเบกขาต่อเวทนานั้น เหตุผลที่เราขอให้ผู้ปฏิบัติเพ่งความสนใจไปที่ฝ่ามือฝ่าเท้า ก็เพราะว่าโดยทั่วไปแล้วที่บริเวณดังกล่าว เราจะไม่รู้สึกถึงเวทนาที่ไม่สบายหรือที่จะทำให้จิตของเราเสียสมดุล ในขณะที่จุดอื่นๆ อาจมีเวทนาหลายอย่างแตกต่างกัน ซึ่งอาจเป็นเหตุให้บางคนสูญเสียความสมดุลในจิตได้ แต่ที่ฝ่ามือฝ่าเท้าเป็นส่วนที่เราจะรับรู้ถึงเวทนาที่เป็นกลางๆ หรือเบาสบายได้ ท่านจะเห็นว่าเมื่อจิตมีอุเบกขามากขึ้นๆ เพราะมีสติอยู่กับเวทนา ความบริสุทธิ์ก็เกิดขึ้น นี่คือเหตุผลและหลักการของมัน

ถาม *พระพุทธรูปมีประโยชน์ตรงไหนกับผู้ปฏิบัติวิปัสสนาที่เอาจริงเอาจังครับ จากหลักฐานทางโบราณคดีบ่งชี้ว่า พระพุทธรูปเกิดขึ้นหลังพุทธกาลไปแล้วหลายร้อยปี แต่ถึงกระนั้นคำสอนที่เป็นสากลมากที่สุดนี้ ก็ยังมาเกี่ยวพันกับรูปเคารพ แล้วสำคัญด้วยหรือครับที่ในการประกอบพิธีกรรมบางอย่าง*

ของชาวพุทธแต่ละปีนั้น จะต้องเซ่นไหว้ให้อาหารกับสิ่งที่มองไม่เห็น

ท่านอาจารย์ เราไม่ได้ขอให้ท่านเซ่นไหว้ให้อาหารแก่สิ่งที่มองไม่เห็น หรือไปประกอบพิธีหน้าพระพุทธรูป แต่ทำไมจะต้องไปมีอคติกับคนที่ทำด้วย ปล่อยให้เขาทำไปเถิด ไม่มีอะไรผิด ถ้าคนๆ นั้นกราบไหว้พระพุทธรูปด้วยความเข้าใจว่าเขากำลังบูชาพระพุทธคุณเพื่อให้เกิดแรงบันดาลใจที่จะพัฒนาคุณธรรมเช่นนั้นบ้าง ก็ไม่ผิดตรงไหน แต่ไม่ถือเป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติวิปัสสนา เราไม่ได้สอนให้ทำอย่างนั้น เพราะฉะนั้นอย่ากังวลไปเลย

ถาม *ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนา หากผู้ปฏิบัติมีอาการเคลื่อนไหวทางกายอย่างรุนแรง โดยปกติแล้วผู้ช่วยอาจารย์จะบอกให้หยุด แต่บ่อยครั้งผู้ปฏิบัติมักแย้งว่า ท่านอาจารย์อูบาขิ่นยังปล่อยให้ศิษย์คนหนึ่งของท่านยืนกลับหัวตัวสั่นอยู่ในห้องปฏิบัติส่วนตัวเลย ฉะนั้น เราจะปล่อยให้เขาตัวสั่นในห้องปฏิบัติส่วนตัวได้ไหม ถ้ามันไม่รบกวนผู้อื่น หรือไม่ควรจะทำทั้งในห้องปฏิบัติส่วนตัวและในห้องปฏิบัติรวมคะ*

ท่านอาจารย์ ถ้าอาจารย์ของท่านบอกให้ทำ ก็ทำไป แต่อาจารย์ของท่านไม่ได้พูดอย่างนั้นเลย เรื่องนี้ขึ้นอยู่กับอาจารย์ผู้สอน ถ้าอาจารย์ผู้สอนเข้าใจว่า ผู้ปฏิบัติคนนั้นๆ มีภูมิหลังที่หากปล่อยให้แสดงปฏิกิริยารุนแรงออกมาแล้วจะเป็นการดี โดยไม่ทำให้เขาหลงเดินทางผิด ท่านก็จะแนะนำเช่นนั้น

ขอให้เข้าใจว่านี่เป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนอย่างยิ่ง มีเพียงอาจารย์ที่มีประสบการณ์จริงๆ เท่านั้นที่จะตัดสินใจเช่นนี้ได้ โดยปกติแล้วเส้นทางของพระพุทธเจ้าเป็นเส้นทางแห่งความสงบ ถ้าท่านมีปฏิกิริยาตอบโต้ที่รุนแรงในร่างกาย แล้วท่านยังจะหวังเข้าถึงสภาวะที่มีแต่ความสงบสุขได้อย่างไรกัน ฉะนั้น ต้องหยุดยั้งปฏิกิริยาที่รุนแรงนี้ เพราะนั่นเป็นสิ่งที่ควรจะทำ ต่อเมื่อท่านได้พัฒนาไปถึงขั้นของท่านอาจารย์อูบาขิ่นแล้ว ท่านจึงจะสามารถชี้บอกศิษย์คนนั้นๆ ได้ว่า "เอาล่ะ จงยืนด้วยบ่า แล้วสั่นต่อไป"

ถาม *วิปัสสนาและจิตวิทยาตะวันตกต่างก็ให้ความสนใจเกี่ยวกับการศึกษาเรื่องจิตและธรรมชาติของมนุษย์ เราจะใช้แนวทางดังกล่าวมาประกอบกันในการค้นหาตัวเองได้หรือไม่*

ท่านอาจารย์ ประกอบกันได้ในขั้นเริ่มต้นเท่านั้น แต่เมื่อปฏิบัติไป วิปัสสนาจะช่วยให้ท่านลงไปถึงส่วนลึกของจิต ข้าพเจ้าไม่ได้ติเตียนสิ่งที่ท่านเรียนรู้จากโลกตะวันตก แต่ตราบใดที่ท่านยังให้ความสำคัญกับจิตวิทยาและจิตบำบัดของตะวันตก การปฏิบัติก็จะยังอยู่แค่ในระดับพื้นผิว ในระดับที่ลึกลงไปการนำมันมาผสมกับวิปัสสนาจะก่อให้เกิดอันตราย

ถาม *คนที่อยู่ในอาการโคม่า เช่น หมดสติ จะมีขณะจิตที่เป็นกุศลหรือไม่ หรือมีแต่ขณะจิตที่เต็มไปด้วยอวิชชา แล้วคนที่ตายแบบไม่มีสติรู้ตัวจะไปเกิดในอบายภูมิกันทุกคนหรือเปล่าคะ*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าไม่สามารถจะบอกจากประสบการณ์ส่วนตัวได้ แต่แน่นอนว่าเวลาที่คนเราอยู่ในอาการโคม่าและหมดสติไปนั้น ท่านคงไม่อาจคาดหวังได้ว่าจะมีกุศลจิตเกิดขึ้นในใจ มันจะอยู่ในสภาพของอวิชชาหรือโมหะมากกว่า แต่ก็ใช่ว่าจะเป็นเช่นนั้นเสมอไป เมื่อสองวันก่อนข้าพเจ้าได้พบกับกรณีหนึ่ง ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติที่ป่วยด้วยเส้นโลหิตในสมองแตก อาการหนักอยู่ในห้องไอซียู ไม่รู้สึกตัวเลย และในตอนที่มีการแผ่เมตตาให้นั้น ร่างของเขาก็สั่นกระตุก ซึ่งหมายความว่าเขาได้รับกระแสเมตตาที่แรงมาก วันต่อมาเมื่อมีการแผ่เมตตาให้ เขาก็เริ่มฟื้นและรู้สึกตัว พอมีการแผ่เมตตาให้อีก อาการของเขาก็ดีขึ้น เมื่อถามเขาว่า "เมื่อวานตอนที่มีการแผ่เมตตาให้เธอ เธอรู้สึกอะไรหรือเปล่า" เขาตอบว่า "ไม่"

ขณะที่อยู่ในอาการโคม่านั้น จิตส่วนหนึ่งจะถูกปิดกั้นจากอีกส่วนหนึ่ง แต่คนๆ นี้ยังรับรู้ถึงเมตตาได้ทั้งๆ ที่หมดสติ ก็เพราะร่างกายของเขาตอบสนองต่อกระแสสั่นสะเทือน ซึ่งเห็นได้อย่างชัดเจน อาการของเขาจึงเริ่มดีขึ้น แต่พอถามถึงเรื่องนี้ เขากลับบอกว่าไม่รู้สึกเลย ตอนนี้เขาฟื้นคืนสติรู้สึกตัวดีแล้ว แสดงว่าเขามีเมล็ดพันธุ์ของธรรมะที่ตอบสนองต่อกระแสสั่นสะเทือนที่ดีของธรรมะ

เราบอกไม่ได้ว่าเรื่องเช่นนี้จะเกิดขึ้นกับทุกๆ ราย แต่อาจมีบางรายซึ่งเป็นนักปฏิบัติที่ดีมาก สามารถรับกระแสสั่นสะเทือนที่ดีได้ หรือถึงกับสร้างกระแสสั่นสะเทือนที่ดีขึ้นในส่วนลึกของจิต ทั้งๆ ที่ภายนอกดูจะหมดสติไปโดยสิ้นเชิง เรื่องนี้เป็นไปได้อย่างแน่นอน แต่ข้าพเจ้าเข้าใจว่าคงจะไม่ค่อยเกิดขึ้นบ่อยนัก ฉะนั้น เราจึงควรพยายามที่จะไม่ตายอย่างไร้สติ

ถาม *ขอให้ท่านได้โปรดให้ความกระจ่างเกี่ยวกับปัญหาเรื่องนกกา สุนัข แมว และหนูในศูนย์ฯ ด้วยค่ะ ตอนนี้มีคนเล่นกับมัน ให้อาหารมัน และตั้งชื่อมันแล้วค่ะ*

ท่านอาจารย์ ไม่ได้ ศูนย์วิปัสสนาไม่ใช่สถานที่ที่จะเลี้ยงสัตว์เหล่านี้ แน่นอนว่าเราจะไม่ขอให้ใครไปฆ่ามัน เราต้องมีเมตตากรุณากับมัน แต่ให้พยายามไล่มันออกไป การเลี้ยงสัตว์ไว้ในศูนย์ฯ และให้อาหารมันเป็นเรื่องที่สวนทางกับธรรมะ เพราะมันจะสร้างความรบกวนให้ได้ ขอให้มีเมตตาและไล่มันออกไป

ถาม *ขอให้ท่านช่วยอธิบายเรื่องการทำบุญอุทิศส่วนกุศลด้วยครับ ถ้าผู้ที่ได้รับส่วนกุศลไม่มีความตั้งใจที่จะกระทำความดีแล้ว เขาจะรับเอาส่วนกุศลนั้นไปได้หรือเปล่า*

ท่านอาจารย์ ถ้ามีคนหิวน้ำ แล้วท่านเอาน้ำให้เขา แต่เขาไม่กอบมือรองรับน้ำนั้น กลับแบมือออกจนน้ำไหลหก แล้วจะทำอย่างไรได้ เขาต้องมีความตั้งใจที่จะรับส่วนกุศลที่แบ่งปันให้ ถ้าเขาไม่ยอมรับ ก็ไม่มีความหมาย สมมติว่าท่านเป็นสถานีวิทยุกระจายเสียง แล้วท่านแผ่เมตตาไปให้ผู้ที่มีเครื่องรับไม่ดีพอ ก็ย่อมจะสูญเปล่า แต่ถึงกระนั้นผู้ให้ก็ควรให้ต่อไป แม้ผู้รับไม่สามารถรับได้ ก็เป็นปัญหาของเขา แต่ถ้าเขาสามารถรับได้ บุญกุศลที่อุทิศไปนั้นย่อมให้ผลอย่างแน่นอน ❖



คำกล่าวปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

16 มกราคม 2535

ความสมานฉันท์แห่งธรรม

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งชายและหญิง

ตลอดระยะเวลายี่สิบเอ็ดปีที่ผ่านมานี้ เราได้ช่วยกันทำงานมากมายเพื่อเผยแผ่ธรรม แต่งานที่ทำลงไปนั้นยังเป็นเพียงก้าวเล็กๆ บนหนทางที่ยาวไกล ข้าพเจ้าไม่ได้มีเจตนาที่จะทำลายขวัญกำลังใจของพวกท่าน เพราะถึงแม้จะเป็นก้าวเล็กๆ แต่ก็เป็นก้าวที่สำคัญยิ่ง เป็นการก้าวไปในทิศทางที่ถูกต้อง บนหนทางที่ถูกต้อง บัดนี้ถึงเวลาที่ธรรมะจะขจรขจายออกไป ธรรมะได้เริ่มเผยแผ่ออกไปแล้ว ทุกคนควรรู้สึกยินดีที่ได้มีโอกาสเป็นส่วนหนึ่งในการเผยแผ่ธรรม ช่วยให้ผู้คนทั้งหลายหลุดพ้นจากความทุกข์

การเผยแผ่ธรรมกำลังเจริญรุดหน้าไป งานรับใช้บริการจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นมาก เป็นเรื่องดีที่ผู้คนจำนวนมากกำลังเข้ามารับใช้ธรรมะ แต่ถ้าท่านยังช่วยตัวเองไม่ได้ ท่านย่อมไม่สามารถจะช่วยผู้อื่นได้ คนที่ง่อยเปลี้ยเสียขาย่อมไม่อาจประคองคนที่ง่อยเปลี้ยเสียขาด้วยกันได้ คนตาบอดก็ไม่อาจนำทางคนตาบอดด้วยกันได้ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า "ตถาคตขอรับรองว่าเธอสามารถหลุดพ้นได้อย่างแน่นอน เพียงแต่เธอต้องขจัดอัตตาของตนเองให้ได้เสียก่อน" ถ้าผู้ที่เข้ามารับใช้ผู้อื่นไม่ขจัดอัตตาของตนเองแล้ว เขาจะรับใช้ได้อย่างไรกัน ถ้าท่านต้องการจะช่วยเหลือผู้อื่นให้หลุดพ้นจากเครื่องพันธนาการ จากความทุกข์ โดยที่ตัวท่านเองไม่ได้ทำอะไรเพื่อปลดปล่อยตัวเองจากเครื่องพันธนาการและความทุกข์ ไม่ได้ละลายอัตตาของตนเองแล้ว การรับใช้ดังกล่าวก็ย่อมจะไม่ใช่การรับใช้ธรรมะ ท่านต้องละลายอัตตาของตนเองเสียก่อน มีงานอื่นๆ มากมายที่เราสามารถเก็บเกี่ยวผลประโยชน์ทางวัตถุได้ แต่ในงานรับใช้ธรรมะนั้นจะต้องไม่มีเรื่องของผลประโยชน์เข้ามาเกี่ยวข้อง ที่นี่ไม่ใช่สถานที่ที่จะแสวงหาชื่อเสียง อำนาจ หรือสถานภาพใดๆ

พระพุทธองค์ทรงกล่าวไว้ว่า มีบุคคลอยู่สองจำพวกที่หาได้ยากยิ่ง พวกแรกคือผู้ที่ทำหน้าที่รับใช้ธรรมะ มีความริเริ่มที่จะรับใช้ธรรมะ ในใจไม่ได้คิดถึงเรื่องอื่นใด นอกจาก

การรับใช้ธรรมะ คนเหล่านี้คิดแต่ว่า *พหุชะนะ หิตายะ พหุชะนะ สุขายะ* การรับใช้ของฉันคือการช่วยเหลือผู้อื่น ขอให้ผู้คนมากขึ้นๆ จงได้รับประโยชน์จากการรับใช้นี้ พวกที่สองคือผู้ที่มีความรู้สึกกตัญญูรู้คุณ จงพัฒนาคุณสมบัติทั้งสองประการนี้ แล้วท่านจะมีความเจริญก้าวหน้าบนหนทางธรรม มีความพร้อมที่จะช่วยเหลือผู้อื่น

องค์กรของเรากำลังเติบโต แต่ในขณะที่เติบโต ก็มีโอกาสที่จะเกิดความคิดเห็นแตกต่างกัน อาจมีการกระทบกระทั่งกัน ยึดถือในความคิดเห็นของตน ซึ่งเราต้องระวังให้มาก เพราะสิ่งนี้เปรียบเสมือนไฟ อย่าปล่อยให้ไฟปะทุขึ้นได้ แต่ถ้าหากปะทุขึ้นแล้ว ก็ต้องรีบดับทันที อย่าให้มันลามออกไป จงระลึกถึงคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่เสมอว่า

วิวาทัง ภะยะโต ทิสวา
อะวิวาทัญ จะ เขมะโต
สะมัคคา สะขิลา โหถะ
เอสา พุทธานุสาสะนี
ท่านทั้งหลายเห็นการวิวาทกันเป็นภัย
และเห็นการไม่วิวาทกันเป็นความเกษมแล้ว
จงสมัครสมานเป็นมิตรกันเถิด
นี้เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

หากท่านพบว่ามีผู้ใดกระทำผิดพลาด ก็ควรจะเข้าไปตักเตือนเขาด้วยความอ่อนน้อมมีเมตตากรุณา "ผมรู้สึกว่าสิ่งที่คุณทำนั้นมันขัดกับธรรมะอยู่นะ" พยายามโน้มน้าวเขา แต่ถ้าเขาไม่เชื่อ ก็อย่าไปรู้สึกขุ่นเคือง ขอให้เมตตาเขามากยิ่งขึ้น แล้วลองพยายามใหม่อีกครั้ง ถ้าเขายังไม่เข้าใจอีก ก็ขอให้ไปปรึกษากับผู้ที่อาวุโสกว่า ให้ผู้ที่อาวุโสกว่าลองพยายามดู ถ้ายังไม่ได้ผล ก็ให้ผู้ใหญ่อีกท่านช่วย และถ้าไม่สำเร็จอีก ก็ขอให้มีเมตตาแก่คนผู้นี้

ถ้าท่านมีความรู้สึกโกรธเกลียดแล้ว ท่านจะช่วยเหลือผู้คนได้อย่างไร ในเมื่อท่านยังไม่อาจช่วยเหลือตัวเองได้ จงระมัดระวัง จำไว้ว่า *วิวาทัง ภะยะโต ทิสวา* เป็นเรื่องน่ากลัวอย่างยิ่งที่ท่านจะสร้างความจงเกลียดจงชังหรือความขัดแย้งขึ้น เราเป็นครอบครัวเดียวกัน เมื่อสมาชิกคนใดคนหนึ่งในครอบครัวอ่อนแอ คนในครอบครัวทั้งหมดก็ควรจะช่วยกันทำให้เขาเข้มแข็งขึ้น อย่าไปกล่าวโทษหรือพยายามผลักไสไล่ส่งเขาออกไป เขาต้องการความ

เมตตาจากเรา ไม่ใช่ความเกลียดชัง

ถ้าเรามีทัศนคติเช่นนี้ ธรรมะก็จะคงอยู่กับเราตลอดเวลา เพราะเราได้เริ่มช่วยเหลือตัวเองก่อนแล้ว เราควรจะมีแต่ความรักความเมตตา เรื่องนี้ควรถือเป็นหลักปฏิบัติสำหรับผู้รับใช้ธรรมะทุกๆ ท่าน

ต่อไปเป็นเรื่องเกี่ยวกับงานวิจัย มีหลายๆ ประเทศที่คำสอนของพระพุทธเจ้าได้หายสาบสูญไป เราจึงควรขอบคุณประเทศที่ยังคงสืบทอดคำสอนนี้ไว้ได้ในรูปแบบที่บริสุทธิ์ดั้งเดิม เราต้องเผยแผ่คำสอนเหล่านี้เพื่อสนับสนุนการปฏิบัติ แต่ไม่ควรให้เรื่องของปริยัติ (ทฤษฎี) สิ่งพิมพ์ และงานวิจัยกลายเป็นเป้าหมายหลักไป เป้าหมายหลักของเราต้องเป็นเรื่องการปฏิบัติเสมอ ถ้าหากเรายังพอใจอยู่เพียงแค่การอ่านพุทธพจน์ โดยไม่ได้ก้าวเดินไปบนหนทางที่พระพุทธองค์ทรงสอน ก็เท่ากับว่าเราได้เริ่มทำร้ายตัวเราเอง ธรรมะในส่วนที่เป็นทฤษฎี เป็นพุทธวจนะนั้น จะช่วยเหลือเรา เป็นแรงบันดาลใจ เป็นเครื่องนำทางให้แก่เรา แต่ที่สำคัญคือ เราจะต้องค่อยๆ ก้าวเดินไปบนเส้นทางธรรมทีละก้าว จงใช้ประโยชน์จากพุทธพจน์ ซึ่งจะเป็นแรงบันดาลใจให้แก่ท่านได้อย่างแน่นอน

ข้าพเจ้าขอแนะนำว่า อย่างน้อยผู้ปฏิบัติวิปัสสนาทุกท่านน่าจะได้ศึกษาภาษาบาลีขั้นพื้นฐาน อันเป็นภาษาที่พระผู้มีภาคเจ้าทรงใช้ด้วย จากประสบการณ์ของข้าพเจ้า พระวจนะทั้งหมดของพระองค์ให้แรงบันดาลใจเป็นอย่างมาก และช่วยให้ปฏิบัติต่อไปได้ ท่านต้องศึกษาความจริงภายในด้วยตัวของท่านเอง ศึกษาถึงความเกี่ยวพันกันระหว่างกายกับจิตว่าอวิชชาทำให้เราคอยแต่จะปรุงแต่งตอบโต้อย่างไร และเราจะใช้ปัญญานำพาตัวเองให้หลุดพ้นจากอวิชชาได้อย่างไร นี่คือวิธีที่จะนำคำสอนของพระพุทธเจ้ามาใช้เพื่อความหลุดพ้นของท่าน

ความทุกข์ทรมานนั้นมีอยู่ทุกหนทุกแห่ง ขอให้โอสถอันแสนวิเศษของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านี้ จงช่วยเหลือผู้ทุกข์ยากให้พ้นจากความป่วยไข้ จากความทุกข์ ขอให้ประทีปแห่งธรรมจงส่องสว่างไปทั่วโลก ขับไล่ความมืดมิดแห่งอวิชชาด้วยเทอญ ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



คำกล่าวเปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมถลี ประเทศอินเดีย

1 มกราคม 2536

ธรรมะ : แสงสว่างท่ามกลางความมืด

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาที่รักทั้งหลาย

เรามาร่วมประชุมกันอีกครั้งดังเช่นทุกปี เพื่อที่จะได้ทบทวนสิ่งต่างๆ ที่ทำมา รวมทั้งพิจารณาว่ามีข้อบกพร่องอะไรบ้างหรือไม่ และจะหาทางแก้ไขข้อบกพร่องเหล่านั้นได้อย่างไร ที่เรามาทบทวนสิ่งต่างๆ ที่ได้ลุล่วงไปแล้วนั้น มิใช่เพื่อเพิ่มพูนอัตตา แต่ด้วยความเข้าใจที่เป็นกลาง และเพื่อที่จะดูว่าเราจะเพิ่มพูนความสำเร็จนี้ได้อย่างไร ประการสุดท้ายที่เรามาพบกันนี้ก็เพื่อวางแผนงานปฏิบัติสำหรับอนาคต การประชุมนี้จะต้องไม่เหมือนกับการประชุมทางสังคมทั่วๆ ไปที่ผู้คนมาอภิปราย ลงมติกัน แล้วก็ลืมเรื่องทั้งหมด ต้องไม่ใช่แบบนั้น ธรรมะในแง่ของการปฏิบัติถือเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับเรา

นี่คือเหตุผลของการที่พวกท่านส่วนใหญ่ได้เข้าร่วมปฏิบัติในหลักสูตรระยะยาวก่อนเริ่มการประชุมประจำปี และหลังจากการประชุมก็จะมีอีกหลายท่านทำเช่นเดียวกัน นี้เป็นสัญญาณที่ดี การให้ความสำคัญกับการปฏิบัติมากกว่าคือพื้นฐานของการพูดคุยอภิปราย เราจึงต้องรักษาธรรมเนียมที่ดีงามนี้ให้คงอยู่สืบไป มิฉะนั้นแล้วการรับใช้มนุษยชาติที่อยู่ในความทุกข์ของเราก็จะไม่ประสบผล

เราคงไม่สามารถปฏิเสธได้ว่าความทุกข์นั้นมีอยู่ รอบตัวๆ เรามีแต่ความมืดมิดและความทุกข์ ผู้คนล้วนทุกข์ระทมและกำลังหลงทางอยู่ในความมืด ไม่รู้ว่าจะหลุดพ้นจากความทุกข์ได้อย่างไร ทั่วทั้งโลกมีแต่ความขัดแย้ง การต่อสู้ และสงครามภายใต้ชื่อของศาสนาต่างๆ น่าเสียดายที่ประเทศนี้ ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นดินแดนต้นกำเนิดของธรรมะอันบริสุทธิ์ ก็กำลังเผชิญความทุกข์จากความขัดแย้งดังกล่าวเช่นกัน ความมืดมิดที่สุดย่อมนำมาซึ่งแสงสว่างฉันใด หนทางที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์ก็เกิดขึ้นจากความทุกข์อย่างที่สุดฉันนั้น

เป็นเรื่องดีที่แสงสว่างได้เกิดขึ้นแล้ว และเส้นทางก็แจ่มชัดขึ้น จุดเริ่มต้นนั้นเกิดขึ้นเมื่อหลายปีก่อน คนจำนวนมากได้เริ่มเข้ามาทดลองวิธีการปฏิบัตินี้และได้รับผลดี ซึ่งมี

ทั้งปัญญาชน ผู้ทรงความรู้จากชุมชน นิกาย ความเชื่อ รวมทั้งประเทศต่างๆ ได้เข้ามาสัมผัสกับสายธารแห่งวิปัสสนา และพบว่าเป็นสิ่งที่มีประโยชน์อย่างยิ่ง และนำความสุขสดชื่นที่แท้จริงมาให้

เราต้องใช้สติปัญญาในการพินิจพิจารณาทุกๆ ขั้นตอนบนหนทางนี้ว่า มีความเป็นเหตุเป็นผล ปฏิบัติได้จริง และถูกต้องหรือไม่ แล้วจากนั้นก็จงดูว่าในแง่ของการปฏิบัติจริงเล่าได้ให้ผล ให้ประโยชน์จริงๆ ในทันทีหรือไม่ หนทางนี้จะนำพาตัวท่านไปสู่จุดหมายปลายทางของการหลุดพ้นโดยสิ้นเชิง คือบรรลุอรหัตได้หรือไม่ ซึ่งหากได้ก็เป็นสิ่งที่ดี แต่ผลที่จะได้ในตอนนี้เล่าเป็นเช่นไร เพราะหนทางยังอีกยาวไกล กว่าจะไปถึงจุดหมายปลายทางของการเป็นพระอรหันต์ แล้วเราจะหลุดพ้นจากความทุกข์ในเวลานี้ได้ไหม ทุกๆ คนที่ได้เดินบนเส้นทางนี้ล้วนได้ประจักษ์แจ้งถึงผลของการปฏิบัติ แม้ผลที่แต่ละคนได้รับจะแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับสิ่งที่พวกเขาได้สั่งสมมาในอดีต และการปฏิบัติในปัจจุบันของเขาว่าเป็นเช่นไร แต่เส้นทางนี้ก็ยังให้ผลที่ดี

เราไม่อาจเผยแผ่วิปัสสนาได้ด้วยการพูดคุยอภิปราย หรือการเขียนบทความ การบรรยาย หรือพยายามพิสูจน์กันทางความคิดว่าของเราดีที่สุด เพราะนั่นจะไม่ช่วยอะไรเลย เราต้องอาศัยผลที่ได้รับจริงๆ จากการปฏิบัติเท่านั้น ความทุกข์นั้นมีอยู่รายรอบตัวเรา จงช่วยให้คนทั้งหลายได้รู้ว่ายังมีทางออก ด้วยการดำเนินชีวิตของท่านเป็นตัวอย่าง ถ้าพวกเขาพบว่ามีความเปลี่ยนแปลงที่ดีเกิดขึ้นกับท่าน ท่านได้เติมเต็มสิ่งที่ขาดหายไป แบบอย่างการดำเนินชีวิตของท่านก็จะดึงดูดพวกเขาได้เอง นี่คือวิธีที่จะช่วยให้ธรรมะเผยแผ่ออกไปได้

เช่นเดียวกับที่ทุกๆ เมืองจะต้องมีโรงเรียน วิทยาลัย โรงพยาบาล สนามกีฬา วิปัสสนาก็จะกลายเป็นสิ่งจำเป็นไปทั่วโลก เราจำเป็นต้องมีสถานที่อบรมจิตใจที่จะสอนเรื่องการควบคุมและชำระจิตให้บริสุทธิ์ ซึ่งจะต้องไม่ทำให้คนทั้งหลายเกิดความหวาดกลัวว่า เมื่อมาเข้าอบรมแล้ว เราจะเปลี่ยนพวกเขาให้หันไปถือศาสนาหรือนิกายอื่น ถ้าการอบรมวิปัสสนามุ่งหมายที่จะเปลี่ยนศาสนาของผู้คน ความมุ่งหมายนี้ก็จะเป็นอันตรายอย่างใหญ่หลวงต่อการเผยแผ่ธรรมะ เพราะมันจะมิใช่วิปัสสนาอีกต่อไป เวลาไปโรงเรียน โรงพยาบาล หรือสนามกีฬา เราไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนศาสนา ฉะนั้น เวลาที่มาเข้าฝึกปฏิบัติวิปัสสนาก็เช่นกัน วิปัสสนาไม่มีอะไรที่เกี่ยวข้องกับลัทธินิกายเลย เรื่องนี้ต้องทำความเข้าใจกันให้ชัดเจนยิ่งขึ้นสำหรับผู้ที่ต้องการจะสอนวิปัสสนา และให้ความเข้าใจกระจ่างชัดแก่ผู้ที่ต้องการจะปฏิบัติด้วย เพราะถ้าขาดความเข้าใจเสียแล้ว ทุกอย่างก็จะล้มเหลว

ความบริสุทธิ์ของหนทางนี้อยู่ที่การรักษาความเป็นสากลเอาไว้ให้ได้ หนทางนี้เป็นสากลอยู่แล้ว และเราก็จะต้องรักษาความเป็นสากลนี้สืบต่อไป เพราะมันจะเป็นประโยชน์ต่อเราและคนทั้งหลาย ทุกๆ คน ไม่ว่าจะใครก็ตามที่ได้ปฏิบัติวิปัสสนาจะต้องได้รับประโยชน์ นี่คือสาระสำคัญยิ่งที่ต้องให้โลกรับรู้ ซึ่งจะเป็นไปได้ ก็ต่อเมื่อตัวท่านเองได้แสดงให้เห็นว่า ท่านไม่จำต้องเปลี่ยนจากศาสนาหนึ่งไปเป็นอีกศาสนาหนึ่ง แต่ความไม่บริสุทธิ์ในจิตใจของท่านต่างหากที่ได้ถูกขจัดออกไปด้วยวิธีการปฏิบัตินี้ และท่านก็ได้เริ่มหลุดพ้นจากความทุกข์ของตนเองแล้ว นี่คือตัวอย่างที่แสดงให้เห็นถึงคุณค่าของธรรมะได้ดีที่สุด

สิ่งสำคัญอีกอย่างที่เราได้เริ่มทำไปแล้วก็คือ การเผยแพร่งานด้านทฤษฎีของธรรมะให้เป็นที่รับรู้กันมากขึ้น เนื่องจากการปฏิบัติได้สูญหายไปในหลายๆ ประเทศ จนทำให้ความหมายของพุทธพจน์บางคำไม่ชัดเจน และมีการแปลความหมายกันอย่างผิดๆ เป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งที่ผู้ปฏิบัติจะต้องเข้าใจทฤษฎีของธรรมะ เพื่อจะได้ทราบว่าสิ่งที่ตนกำลังปฏิบัติอยู่นั้นถูกต้องหรือไม่

ธรรมะในภาคทฤษฎีจะเกื้อกูลการปฏิบัติ แต่ต้องเข้าใจว่านี่ไม่ใช่เป้าหมายหลักของเรา ถ้าเราเริ่มให้ความสำคัญกับเรื่องของทฤษฎีมากเกินไปจนหลงลืมการปฏิบัติ เราก็จะไม่ได้รับประโยชน์อะไรเลย ธรรมะในภาคของการปฏิบัติจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ขอให้จดจำไว้เมื่อต้องศึกษาวิจัยธรรมะในภาคของทฤษฎี

ขอให้พวกท่านทั้งหลายจงเป็นผู้เชิญธง เชิญประทีปแห่งธรรมะ ช่วยกันนำสารแห่งธรรมะออกไปเผยแผ่ทั่วโลก เพื่อช่วยให้คนทั้งหลายหลุดพ้นจากความทุกข์

จงพัฒนาความรักความเมตตาและความปรารถนาดี เพื่อช่วยให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ หลุดพ้นจากความทุกข์ ไม่ใช่ไปจัดตั้งศาสนาหรือลัทธินิกาย ความทุกข์ ความป่วยไข้นั้นเป็นสากล และนี่คือโอสถที่จะใช้เยียวยา ซึ่งเป็นสากลด้วย จงช่วยกันรักษาธรรมะให้เป็นสากล และช่วยเหลือผู้คนให้พ้นจากความทุกข์

ขอให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ จงได้เข้ามาสัมผัสกับธรรมะ และหลุดพ้นจากความทุกข์ได้พบกับความสุขสงบอันแท้จริง ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมถลี ประเทศอินเดีย

3 มกราคม 2536

ถาม–ตอบ

ถาม *เราจะพัฒนาเมตตาของตนเองและช่วยให้เกิดขึ้นกับผู้อื่นได้อย่างไร*

ท่านอาจารย์ เมตตากับความบริสุทธิ์เป็นสิ่งที่ต้องไปด้วยกัน ถ้าปราศจากความบริสุทธิ์ ก็ไม่อาจจะพัฒนาเมตตาได้ การปฏิบัติวิปัสสนาจะช่วยชำระจิตของท่านให้บริสุทธิ์ ซึ่งนั่นก็จะช่วยพัฒนาความมีเมตตาขึ้นด้วย การช่วยให้ผู้อื่นพัฒนาเมตตาของเขานั้นเป็นเรื่องยาก เราไม่สามารถจะทำอะไรเพื่อช่วยให้เขาพัฒนาคุณสมบัติที่ดีๆ ในตัวของเขาเองได้

อย่างไรก็ตาม ยังมีวิธีที่จะพัฒนาเมตตาทั้งของท่านและผู้อื่นอยู่ เวลาที่ท่านมาเข้าอบรมวิปัสสนา ท่านได้ชำระจิตให้บริสุทธิ์ และในวันสุดท้ายก็แผ่เมตตา เมื่อกลับไปบ้าน หลังจากที่นั่งปฏิบัติหนึ่งชั่วโมงแล้ว ท่านก็แผ่เมตตาสักครู่หนึ่ง และถ้าท่านสละเวลามารับใช้ธรรมะ 10 วัน ตลอดระยะเวลาดังกล่าวท่านก็ย่อมมีโอกาสที่จะได้แผ่เมตตาส่งความปรารถนาดีไปยังผู้ปฏิบัติทุกคน นี่คือวิธีที่ท่านจะพัฒนาเมตตาของตัวท่านเอง ท่านยังสามารถช่วยให้ผู้อื่นได้พัฒนาเมตตาของเขาด้วย เพราะท่านกำลังช่วยให้เขาได้ฝึกปฏิบัติวิปัสสนาตามที่ควร ซึ่งในขณะที่เขากำลังชำระจิตให้บริสุทธิ์ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาอยู่นั้น เขาก็จะได้พัฒนาเมตตาขึ้นมาเช่นกัน นี่เป็นเพียงวิธีเดียวที่ข้าพเจ้ามองเห็น

ถาม *ความเจ็บป่วยทางกายเป็นเรื่องของโรคภัยล้วนๆ หรือว่าทั้งหมดเป็นเพราะสังขารคะ*

ท่านอาจารย์ ความเจ็บป่วยทางกายนั้นเกิดจากหลายสาเหตุด้วยกัน สังขารก็เป็นหนึ่งในสาเหตุเหล่านั้น ยกตัวอย่างเช่น เวลาที่ท่านรู้สึกว่าอากาศหรือบรรยากาศโดยรอบไม่ปลอดโปร่ง จะเริ่มมีเวทนาที่ไม่น่าพอใจบางอย่างเกิดขึ้นที่ร่างกายของท่าน หรือเวลาที่ท่านชนอะไร หกล้มขาหัก หรือกินอาหารผิดสำแดง เวทนาที่ไม่สบายก็จะเกิดขึ้น ฉะนั้น มันจึงมีหลายสาเหตุ ซึ่งก็รวมถึงสังขารด้วย

เวทนาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในร่างกาย มิใช่จะ

เป็นผลจากกรรมเก่าของท่านทั้งหมด แต่โดยรวมๆ เราอาจพูดได้ว่า เวทนาทั้งหมดที่ท่านรู้สึกเป็นกรรมสังขารของท่านเอง สมมติว่าท่านไม่ถูกกับอากาศร้อน แล้วยังออกไปตากแดด ท่านก็ย่อมต้องปวดศีรษะกลับมา นี่เป็นกรรมสังขารในปัจจุบัน เพราะท่านทำเช่นนี้ ท่านจึงไม่สบาย หรือท่านแพ้อาหารบางอย่าง แต่ก็ยังไปรับประทานเข้าอีก ผลก็คือท่านย่อมรู้สึกปวดท้อง นี่เป็นสังขารในปัจจุบันของท่าน

เวลาที่เราพูดถึงสังขารเก่าๆ ที่ปรากฏขึ้นมาบนพื้นผิวนั้น ไม่ได้หมายความว่าความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นกับท่าน ทั้งหมดจะเกี่ยวข้องกับสังขารดังกล่าวในอดีต

ถาม *ท่านมักจะเน้นย้ำว่าเราควรมีเมตตาต่อคนที่โหดเหี้ยม แต่จากภาพความรุนแรงและการเข่นฆ่าผู้บริสุทธิ์ที่เกิดขึ้นโดยทั่วไป เราในฐานะของผู้ปฏิบัติวิปัสสนา ผู้รับใช้ธรรมะ กรรมการ หรือผู้ช่วยอาจารย์ ควรจะมีบทบาทอย่างไรบ้างครับ*

ท่านอาจารย์ ไม่ต้องสงสัยเลยว่าคำถามนี้สำคัญมาก แต่ขณะนี้วิปัสสนาเพิ่งจะอยู่ในระยะที่กำลังหยั่งราก จึงเป็นเรื่องยาก เราไม่มีพลังมากพอที่จะเปลี่ยนแปลงสังคมได้

ธรรมะนั้นมี 2 ด้านด้วยกัน ด้านหนึ่งคือช่วยชำระจิตใจคนแต่ละคนให้บริสุทธิ์ อีกด้านคือช่วยชำระสังคมให้บริสุทธิ์ ซึ่งก็มีความสำคัญทั้งคู่ แต่การจะชำระสังคมให้บริสุทธิ์ได้นั้น ต้องชำระที่จิตใจของแต่ละคนเสียก่อน เพราะถ้าคนแต่ละคนปราศจากความรักความเมตตา ความปรารถนาดีต่อผู้อื่นแล้ว เราก็ไม่อาจคาดหวังถึงสังคมธรรมะที่แท้จริงได้

ฉะนั้น เวลานี้เราจึงพยายามที่จะเผยแผ่วิปัสสนาไปให้ทั่วอินเดียและส่วนอื่นๆ ของโลก จนกระทั่งสักวันหนึ่งเมื่อวิปัสสนาได้แพร่หลายไปสู่วงกว้างแล้ว ผู้ปฏิบัติเหล่านี้ก็จะมีบทบาทสำคัญ อย่างไรก็ตาม ในขณะนี้โดยส่วนตัว ถ้าใครคิดว่าสามารถที่จะทำอะไรเพื่อช่วยยุติความรุนแรงได้ ก็จงทำไป ส่วนการช่วยเหลือในวงกว้างยังเป็นเรื่องยาก เราไม่ควรเสนอตัวเพื่อทำในสิ่งที่ยังทำไม่ได้

ถาม *ท่านได้พูดถึงขอบเขตความสัมพันธ์ของผู้ช่วยอาจารย์กับคณะกรรมการไว้หลายครั้ง แต่มีกรรมการบางส่วนต้องการจะทำงานเป็นอิสระจากคำชี้แนะของผู้ช่วยอาจารย์ โดยไม่เชิญผู้ช่วยอาจารย์เข้าร่วมในการประชุมและตัดสินใจ เพราะเห็นว่าผู้ช่วยอาจารย์ไม่มีหน้าที่ในการชี้นำกรรมการ แล้วขอบเขตของผู้ช่วยอาจารย์ที่จะมีส่วนร่วมในการดำเนินงานของศูนย์ฯ อยู่ตรงไหนล่ะครับ*

ท่านอาจารย์ ธรรมะก็คือการเดินทางสายกลาง ปัญหาทั้งสองประการเกิดจากความสุดโต่งทั้งสองฝ่าย เมื่อไม่กี่ปีก่อนได้มีปัญหากรรมการจำนวนมากมาร้องเรียนว่า "ทุกครั้งที่มีการประชุม ผู้ช่วยอาจารย์จะพยายามเข้า

มาครอบงำ โดยยืนกรานในความคิดของตน แล้วพยายามออกคำสั่งจนเรารู้สึกเหนื่อยอ่อน ทำอะไรไม่ได้เลย" นั่นเป็นเรื่องที่สุดโต่งด้านหนึ่ง แต่ตอนนี้ข้าพเจ้ากลับได้ฟังเรื่องสุดโต่งอีกด้านว่า กรรมการไม่สนใจผู้ช่วยอาจารย์เลย ต้องการจะทำอะไรกันเอง

ทุกครั้งที่มีการประชุมควรมีอาจารย์อยู่ด้วยเสมอ ต้องเชิญผู้ช่วยอาจารย์ที่รับผิดชอบในพื้นที่เข้าร่วมด้วย แต่อาจารย์จะต้องปล่อยให้คณะกรรมการพูดคุยและตัดสินใจกันเองโดยไม่เข้าไปแทรกแซง หากพบว่ามีอะไรที่ขัดแย้งกับธรรมะจริงๆ ก็สามารถชี้แนะอย่างสุภาพได้ว่า "เรื่องนี้ไม่ถูกต้องขัดกับธรรมะ" แต่ถ้าเป็นเรื่องทางโลก อะไรจะเกิด ก็ปล่อยให้มันเกิดไป อย่าไปสุดโต่งทั้งสองด้านแบบนั้น จงเดินทางสายกลาง แล้วจะเป็นประโยชน์กับทั้งกรรมการและผู้ช่วยอาจารย์

ถาม *ผู้ปฏิบัติบางคนยังไม่เข้าใจถึงความสำคัญของทาน เมื่อไม่มีการเรียกเก็บค่าอบรม เขาก็มักจะคิดว่า "ในเมื่ออบรมฟรีแล้วทำไมต้องบริจาคด้วย" เราจึงอยากจะขอคำแนะนำในเรื่องนี้ด้วยค่ะ*

ท่านอาจารย์ มีความคิดสุดโต่งอยู่สองด้าน ด้านหนึ่งคือ เมื่อเราเรียกเก็บค่าอาหารที่พัก ฯลฯ โดยบอกกับทุกคนว่า "นี่เป็นค่าใช้จ่ายในการอบรม ท่านต้องให้เราเท่านี้ มิฉะนั้นแล้วเราจะอยู่ได้อย่างไร" ห้ามทำเช่นนี้ มันสุดโต่งเกินไป

อีกด้านก็คือ การที่ท่านอวดอ้างว่า "เราไม่ได้เรียกร้องอะไรจากท่านเลย" ซึ่งจะทำให้ผู้คนคิดว่า คงจะมีมูลนิธิใหญ่โตอยู่เบื้องหลังเรา หรือไม่ก็มีหน่วยงานราชการลับคอยให้เงินสนับสนุนเพื่อเป้าหมายของตน แล้วพวกเขาจะบริจาคไปทำไม

ระหว่างความสุดโต่งทั้งสองนี้ เราควรจะเดินทางสายกลางคือ ต้องไม่มีการเรียกเก็บค่าอบรมใดๆ เลย เรื่องนี้ต้องเข้าใจให้ชัดเจน แต่ในเวลาเดียวกันเราก็อยู่ได้ด้วยเงินบริจาคของผู้ปฏิบัติเท่านั้น ผู้ที่ได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติ และเห็นว่าภารกิจนี้ต้องสืบสานต่อไปเพื่อประโยชน์สุขของผู้อื่น จะบริจาคให้เอง นั่นเป็นทางเดียวที่จะช่วยให้การอบรมยังคงดำเนินต่อไปได้ ประเด็นนี้ต้องทำความเข้าใจกับผู้ปฏิบัติให้ชัดเจน โดยต้องไม่ไปบีบบังคับให้พวกเขาบริจาค

มีหลายๆ กรณี โดยเฉพาะในประเทศนี้ ที่ผู้คนยากจนข้นแค้น ต้องหาเช้ากินค่ำ มีชีวิตอยู่อย่างกระเบียดกระเสียรไปวันๆ ถ้าพวกเขามาเข้าอบรม 10 วัน ย่อมต้องสูญเสียรายได้ในแต่ละวันไป แค่นี้ก็เป็นการเสียสละที่ยิ่งใหญ่พอแล้ว การที่เราจะไปเรียกร้องเงินบริจาคจากพวกเขาอีก นับเป็นเรื่องที่ไร้มนุษยธรรมอย่างยิ่ง และถ้าเขาได้บริจาคให้มาแม้เพียงรูปีเดียว ก็วิเศษแล้ว เพราะถือเป็นบารมีที่ยิ่งใหญ่ มากเสียกว่าที่มหา

เศรษฐีจะบริจาคให้หนึ่งพันหรือหนึ่งแสนรูปีเสียอีก

จงปล่อยให้เป็นไปตามนี้ แต่ก็ต้องเข้าใจให้ชัดว่า องค์กรของเราอยู่ได้ด้วยเงินบริจาคที่มาจากความสมัครใจของผู้ปฏิบัติเท่านั้น ไม่มีรายได้จากทางอื่น

ถาม *เราพบว่าผู้เข้าอบรมมักจะเลิกปฏิบัติหลังจากที่มาเข้าอบรมได้ครั้งสองครั้ง จะป้องกันเรื่องนี้อย่างไรดีคะ*

ท่านอาจารย์ นั่นเป็นเพราะความจริงที่ว่าเราทุกคนต่างก็มีทั้งด้านที่ดีและไม่ดี ผู้ปฏิบัติมาเข้าอบรมวิปัสสนาเพื่อพัฒนาด้านที่ดี และขจัดด้านที่ไม่ดีของตน ซึ่งเขาก็จะได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติวิปัสสนาในครั้งสองครั้งของการเข้าอบรมนั้น

แต่อย่างไรเขาก็ยังมีด้านที่ไม่ดีหรือกิเลสสั่งสมอยู่อีกเป็นจำนวนมาก ซึ่งจะคอยครอบงำเขาไว้ แม้เขาจะทราบดีว่าต้องปฏิบัติวิปัสสนาเพื่อขจัดทุกข์ แต่เนื่องจากเขาถูกกิเลสครอบงำอยู่ จึงเป็นเรื่องยาก นี่เป็นเรื่องธรรมดาที่เราพบเห็นได้ทุกที่

มันจะเป็นอย่างนี้อยู่ช่วงหนึ่ง เขาจะก้าวหน้าไปช้าๆ อาจจะเดินไปได้สองก้าว แล้วล้ม แล้วก็ลุกขึ้นใหม่ แล้วเดินต่อไปอีกสองก้าว ก็ล้มอีก หลังจากนั้นเขาจะค่อยๆ พัฒนาไปจนถึงขั้นที่เขาเข้มแข็งขึ้น ไม่ล้มอีก ซึ่งก็ต้องใช้เวลา

ทางออกอย่างหนึ่งที่จะแก้ปัญหานี้ได้ก็คือ ถึงแม้ผู้ปฏิบัติจะไม่ได้ปฏิบัติทุกเช้าเย็น แต่ถ้ายังคงมาปฏิบัติร่วมกันทุกอาทิตย์ เขาก็จะได้กำลังใจ และเริ่มกลับมาปฏิบัติอีกครั้ง ฉะนั้น การปฏิบัติร่วมกันทุกอาทิตย์จึงมีประโยชน์อย่างมากที่จะช่วยแก้ปัญหานี้ ในทุกๆ ชุมชน ทุกๆ หมู่บ้าน ทุกๆ เมือง ควรจะมีอย่างน้อยสักคนที่คอยเตือนคนอื่นๆ ว่า “พรุ่งนี้จะมีการนั่งปฏิบัติร่วมกันประจำสัปดาห์แล้ว” นี่จะช่วยพวกเขาได้ ที่หลายๆ คนไม่มาก็เพราะขี้เกียจเท่านั้น ไม่ใช่ว่าจะยุ่งมาก หรือมีเรื่องที่ทำให้มาไม่ได้ ถ้าท่านแค่กระตุ้น พวกเขาก็จะมา

อีกทางที่จะช่วยได้คือ หลักสูตรหนึ่งวัน ที่มีคำสอนอานาปานสติ วิปัสสนา และเมตตาภาวนา รวมทั้งธรรมบรรยายสั้นๆ อันจะเป็นการทบทวนและสร้างกำลังใจให้แก่ผู้ปฏิบัติ ซึ่งเป็นเรื่องที่ควรส่งเสริม เพราะจะเป็นประโยชน์

ถาม *ที่พักของเราอยู่ใจกลางเมืองที่พลุกพล่าน ทำให้มีปัญหาในการปฏิบัติ พอจะมีวิธีไหนบ้างที่ช่วยขจัดสิ่งรบกวนภายนอกนี้คะ*

ท่านอาจารย์ (หัวเราะ) ก็อย่างที่ข้าพเจ้าได้บอกไว้ ไม่ว่าท่านจะย้ายบ้านหนีจากเสียงอีกทีกในเมือง หรือมีอำนาจถึงขั้นที่จะหยุดเสียงรบกวนทั้งหมดรอบๆ ตัว ก็เป็นไปไม่ได้ เพราะท่านต้องมีชีวิตอยู่ในสังคม ในสภาพแวดล้อมเดียวกับที่ท่านอยู่อาศัย ท่านจึงต้อง

พัฒนาตัวเองให้เข้มแข็ง และเรียนรู้ที่จะไม่ใส่ใจกับสิ่งรบกวนต่างๆ เหล่านี้ เหมือนดอกบัวที่อยู่ในน้ำได้โดยไม่เปียก หรือดังเช่นที่เรากำลังพูดคุยกันอยู่ในขณะนี้ ทั้งๆ ที่มีเสียงนกร้องอยู่ข้างนอก แต่ก็ไม่ได้รบกวนเราเลย เพราะเรามัวแต่พูดคุยกัน เช่นเดียวกัน เราต้องจดจ่อกับการปฏิบัติ ปล่อยให้เสียงมันดังไป เราก็ปฏิบัติของเราไป ต้องรู้จักฝึกตัวเอง เราจะต้องอยู่ในโลกที่เต็มไปด้วยสิ่งรบกวน โดยที่ยังคงรักษาใจให้สงบได้

ถาม *อยากจะขอให้ท่านอธิบายถึงความสำคัญของการรับใช้ธรรมะในหลักสูตร ธรรมบริกรมีบทบาทอย่างไร ความสัมพันธ์ระหว่างธรรมบริกรด้วยกันเอง และกับคณะกรรมการ กับผู้ช่วยอาจารย์เป็นอย่างไร จะต้องมีการอบรมและให้ความสะดวกในด้านความเป็นอยู่อะไรแก่พวกเขาบ้าง*

ท่านอาจารย์ การรับใช้ธรรมะเป็นส่วนที่สำคัญมากของการปฏิบัติธรรม ในขณะที่ท่านมาเข้าอบรมวิปัสสนาหลักสูตร 10 วันนั้น ท่านกำลังชำระจิตของตนให้บริสุทธิ์และเข้มแข็งขึ้น เพื่อจะได้นำธรรมะไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน มิฉะนั้นแล้วการมาเข้าอบรมก็จะกลับกลายไปเป็นเพียงแค่พิธีกรรมที่ไร้ประโยชน์

หลังจากที่ท่านได้เรียนรู้วิปัสสนาในศูนย์ฯ แล้วกลับออกไปยังโลกภายนอกที่มีสิ่งไม่พึงประสงค์ ทุกอย่างไม่เป็นดั่งปรารถนาหรือใจนึก ท่านก็จะรู้สึกย่ำแย่ จนไม่สามารถเผชิญกับมันได้ นี่เป็นเรื่องที่ยากมาก ฉะนั้น จึงเป็นโอกาสอันดียิ่งที่จะได้มารับใช้ธรรมะเป็นเวลา 10 วัน ท่ามกลางบรรยากาศที่เกื้อหนุนให้ท่านสามารถนำธรรมะมาใช้จริงๆ

ในขณะที่รับใช้ธรรมะ ท่านจะได้นำสิ่งที่เรียนรู้จากหลักสูตร 10 วันมาใช้ ท่านต้องเผชิญในสิ่งเดียวกับที่ต้องเผชิญเมื่ออยู่กับโลกภายนอก นั่นคือการอยู่ร่วมกับผู้อื่น กับผู้ปฏิบัติ อาจารย์ ธรรมบริกรอื่นๆ กรรมการ ท่านจะทำอย่างไรในสถานการณ์นั้นๆ หากท่านทำผิดพลาด ท่านก็จะได้เรียนรู้จากความผิดพลาดนั้น และเมื่อทำผิดพลาดอีก ก็แก้ไขมันอีก นี่เป็นวิธีการที่ท่านจะได้เรียนรู้ ซึ่งเป็นภาคปฏิบัติของการนำธรรมะไปใช้ในชีวิตจริง

ที่สำคัญอีกประการก็คือ ในขณะที่ท่านรับใช้ธรรมะอยู่นั้น การรับใช้ธรรมะถือเป็นส่วนหนึ่งของทานด้วย จัดเป็นธรรมทาน *สัพพะ-ทานัง ธัมมะทานัง ชินาติ* การให้ธรรมะเหนือกว่าการให้ทั้งปวง ท่านกำลังให้ทานด้วยธรรมะ อาจารย์ให้ด้วยการสอนธรรมะซึ่งเป็นสิ่งที่ดี ผู้ปฏิบัติบริจาคทานก็เป็นสิ่งที่ดี แต่ในเวลาเดียวกันการอบรมนั้นก็ต้องมีผู้รับใช้ธรรมะด้วย ฉะนั้น ท่านจึงเป็นส่วนหนึ่งของธรรมทาน เพราะท่านกำลังรับใช้ธรรมะ นี่คือการให้ทานของท่าน

ข้าพเจ้าอยากจะบอกว่า การที่ท่านอาสามารับใช้ธรรมะนั้น มีค่ามากยิ่งกว่าที่ท่านจะ

บริจาคเป็นตัวเงินเสียอีก เพราะมาจากความตั้งใจอันแน่วแน่ ซึ่งถือว่าสำคัญที่สุด พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า *เจตะนาหัง ภิกขะเว กัมมัง วะทามิ* ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่าเจตนาเป็นกรรม เวลาที่บริจาคทาน ท่านมีความตั้งใจว่า "ขอให้เงินจำนวนนี้จงเป็นประโยชน์แก่ผู้คนจำนวนมาก ฉันจะให้เงินเพื่อช่วยดับกระหาย หรือให้อาหาร หรือยาแก่ใครสักคนก็ได้ เพราะนั่นเป็นการทำบุญที่ดี แต่สำหรับที่นี่ ฉันเห็นว่าการบริจาคของฉันจะช่วยให้ผู้คนจำนวนมากได้หลุดพ้นจากความทุกข์ จากกิเลส ซึ่งเป็นการใช้เงินไปในทางที่เป็นกุศลเป็นอันมาก" ความตั้งใจเช่นนี้จึงเป็นบุญกุศลต่อตัวท่าน

แต่เมื่อท่านมารับใช้ธรรมะที่นี่ โดยทุกๆ ขณะมีความตั้งใจว่า "ขอให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ จงได้รับประโยชน์" ตลอดทั้ง 10 วันมีแต่เจตนาเช่นนี้ ซึ่งนับเป็นช่วงเวลาที่มากกว่าตอนที่ท่านบริจาคเงินเสียอีก ข้าพเจ้าไม่ได้กำลังบอกว่า "ไม่ต้องบริจาคเงินหรอก" เพราะถ้าไม่มีใครบริจาคแล้ว การอบรมจะดำเนินต่อไปได้อย่างไรกัน แต่ระหว่างทั้งสองอย่างนี้ การรับใช้ธรรมะให้อานิสงส์ที่แรงกว่ามาก

จากประสบการณ์ส่วนตัวและจากประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติจำนวนมาก ข้าพเจ้าได้พบว่า ตลอดเวลาหลายปีที่ข้าพเจ้าได้รับใช้ธรรมะ ช่วยเหลือท่านอาจารย์ของข้าพเจ้าด้วยการเป็นล่ามนั้น ข้าพเจ้าต้องไปพบศิษย์ และซักถามปัญหาของพวกเขาตามคำสั่งของท่านอาจารย์ ซึ่งมีประโยชน์อย่างยิ่งต่อตัวข้าพเจ้าเอง หลังจากที่ได้เข้าปฏิบัติในหลักสูตร 10 วันและรับใช้ธรรมะ 10 วัน การปฏิบัติของข้าพเจ้าก็เข้มแข็งขึ้นมาก และข้าพเจ้าก็ได้ยินเรื่องทำนองนี้จากผู้ปฏิบัติจำนวนมากเช่นกัน พวกเขาต่างพูดว่า "ฉันไปรับใช้ธรรมะในหลักสูตรวิปัสสนา 10 วันมา และการปฏิบัติของฉันก็ก้าวหน้าขึ้นมาก ธรรมะของฉันเข้มแข็งขึ้นมาก" นี่เป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้น

ข้าพเจ้าอยากจะให้ผู้ปฏิบัติทุกคนได้หาเวลามารับใช้ธรรมะดูบ้าง การเอาแต่เข้าปฏิบัติ โดยไม่รับใช้ธรรมะเลยนั้น ไม่ใช่วิธีที่ดีในการพัฒนาธรรมะ จงมาเข้าอบรม แล้วก็หาเวลาว่างมารับใช้ธรรมะด้วย นี่เป็นเรื่องที่สำคัญมาก

สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างธรรมบริกรด้วยกัน และกับอาจารย์ และกับกรรมการ ทั้งหมดนี้ต้องเรียนรู้จากของจริงในภาคปฏิบัติ แต่ก็ต้องให้คำแนะนำที่ถูกต้องแก่ธรรมบริกรด้วย

บ่อยครั้งที่ผู้เข้าปฏิบัติเพียงครั้งเดียว มีความกระตือรือร้นที่จะมารับใช้ธรรมะในหลักสูตรต่อไป แต่เขายังไม่มีวุฒิภาวะมากนัก จึงอาจประพฤติตนไม่ถูกต้อง เช่น ทำตัวเหมือนตำรวจ ตวาดใส่ผู้ปฏิบัติ ซึ่งจะเป็น

อันตรายต่อตัวเขาเอง เพราะเขามีเจตนาที่ไม่ถูกต้อง เป็นการทำร้ายผู้ปฏิบัติและทำลายบรรยากาศทั้งหมด ผู้ปฏิบัติจะเสียกำลังใจ เขาอาจไม่รู้ว่าคนๆ นี้ผ่านการอบรมมาเพียงครั้งเดียว จึงคิดว่า "เขาต้องเป็นคนที่มีความรับผิดชอบสำคัญในองค์กร จึงได้มารับใช้ธรรมะ แต่ดูเขาทำสิ ! นี่เป็นการปฏิบัติแบบไหนกัน ถ้ามันยังช่วยให้ธรรมบริกรในศูนย์ฯ ดีขึ้นไม่ได้แล้ว จะช่วยให้ฉันดีขึ้นได้อย่างไร"

พฤติกรรมดังกล่าวทำให้ผู้คนไม่อยากจะมาเข้าปฏิบัติวิปัสสนา ฉะนั้น ถ้าเป็นไปได้ต้องให้คำแนะนำที่ถูกต้องแก่เขาก่อนที่จะมารับใช้ธรรมะ ท่านจะจัดทำเป็นคู่มือขึ้นมาก็ได้ ข้าพเจ้าคิดว่าก่อนหน้านี้น่าจะมีอยู่แล้วให้คอยทบทวนอยู่เรื่อยๆ ธรรมบริกรทุกคนควรจะได้อ่านคู่มือนี้ และท่านก็ต้องพูดคุยกับพวกเขาเพื่อให้แน่ใจว่ามีความเข้าใจที่ถูกต้อง

สำหรับเรื่องความสะดวกในด้านความเป็นอยู่นั้น ก็เป็นอีกประเด็นที่สำคัญ ข้าพเจ้าพบเห็นศูนย์ปฏิบัติหลายแห่งที่มีปัญหาในเรื่องนี้ เนื่องจากผู้ปฏิบัติเพิ่มจำนวนมากขึ้น ฉะนั้น ผู้ที่เดือดร้อนที่สุดจึงไม่พ้นธรรมบริกรบ่อยครั้งที่พวกเขาต้องย้ายข้าวของและที่นอนจากห้องนี้ไปห้องนั้น หรือจากในอาคารไปที่เต็นท์ข้างนอก ธรรมบริกรที่น่าสงสารเหล่านี้ไม่อาจมีที่อยู่ที่แน่นอนได้เลย แล้วเราจะคาดหวังให้พวกเขารับใช้ธรรมะด้วยดีได้อย่างไรกัน ในเมื่อยังมีปัญหาเรื่องที่พัก ข้าพเจ้าจึงอยากจะขอให้ทุกๆ ศูนย์จัดหาที่พักแก่ธรรมบริกรทั้งหญิงชายอย่างเหมาะสมและเพียงพอโดยแยกขาดจากกัน เรื่องนี้สำคัญมาก

ถาม *เราจะมีส่วนช่วยเหลือในการเผยแผ่ธรรมะได้อย่างไรบ้างครับ*

ท่านอาจารย์ การช่วยเหลือที่ดีที่สุดก็คือการช่วยเหลือตัวเองให้ตั้งมั่นอยู่ในธรรมะ แล้วผู้คนก็จะชื่นชมธรรมะจากการได้เห็นวิถีชีวิตของท่าน "ดูสิ ก่อนที่คนๆ นี้จะไปปฏิบัติธรรมน่ะ เป็นอีกอย่างหนึ่งเลย แต่ตอนนี้เขาเปลี่ยนไปมาก ดีขึ้นจริงๆ" แต่ถ้าพวกเขาพบว่าคนๆ นี้ไม่มีอะไรที่เปลี่ยนไปเลย หรือแย่ลงกว่าเดิมเสียด้วยซ้ำ เต็มไปด้วยอัตตาว่า "ฉันเป็นนักปฏิบัติวิปัสสนาที่ยิ่งใหญ่ เป็นคนที่บริสุทธิ์ผุดผ่อง" แล้ว พวกเขาก็จะพากันหันหลังให้กับธรรมะ ฉะนั้น ในความพยายามที่จะเผยแผ่ธรรมะ จึงต้องไม่มีวัตถุประสงค์อื่นใดเคลือบแฝง

ทุกคนล้วนเป็นตัวแทนของธรรมะ จึงต้องระมัดระวังให้มาก ถ้าเราเป็นนักปฏิบัติวิปัสสนาหรือเป็นผู้ที่อยู่ในองค์กรวิปัสสนาที่มีความรับผิดชอบสูงขึ้น ก็จะตกเป็นเป้าสายตาของผู้อื่น พวกเขาจะจับจ้อง เฝ้าดูพฤติกรรม วิถีชีวิตของท่าน วิธีที่ท่านจัดการกับสิ่งต่างๆ และถ้าพวกเขาพบเห็นข้อบกพร่องในตัวท่าน ก็จะพากันหลีกหนีไปจากธรรมะ ฉะนั้น วิธีที่ดีที่สุดในการชักจูงผู้อื่น

ก็คือ ท่านต้องทำตัวให้เป็นแบบอย่าง จึงจะเป็นแรงบันดาลใจแก่พวกเขาได้

จงช่วยกันเผยแพร่ให้ผู้คนได้รู้ว่า มีการอบรมวิปัสสนาอยู่ มีวิธีการปฏิบัติที่จะช่วยให้เราได้หลุดพ้นจากความทุกข์ เรื่องนี้สำคัญมาก ในประเทศตะวันตกได้เริ่มจัดการอภิปราย ฉายวิดีโอ พูดคุยกันกลุ่มเล็กๆ ซึ่งวิธีนี้ก็ช่วยให้ผู้คนได้ยินได้ฟังเรื่องราวเกี่ยวกับธรรมะ ยังมีผู้คนส่วนใหญ่อีกเป็นจำนวนมากที่ไม่รู้จักวิปัสสนา เราจึงควรเผยแพร่เรื่องนี้อย่างค่อยเป็นค่อยไป นี่จะช่วยได้

ถาม *ผมอยากจะเลิกกิจการที่ขยายตัวออกไปมาก แต่ก็เป็นเรื่องยาก มีคนบอกว่ายังไม่ถึงเวลา ต้องรอไปก่อน พวกดวงดาวและดาวเคราะห์ต่างๆ มีอิทธิพลกับผมในเรื่องนี้ไหมครับ*

ท่านอาจารย์ (หัวเราะ) ดวงดาวนั้นอยู่ตั้งไกล จะไปกลัวอะไรมัน มันไม่ทำร้ายท่านหรอก มีแต่ท่านต่างหากที่ทำร้ายตัวเอง ทำไมถึงคิดจะทิ้งงานทิ้งการไปเสียล่ะ นั่นไม่ใช่เรื่องที่ถูกต้องเลย ยังไม่ใช่เวลาที่ผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่จะละทิ้งชีวิตครอบครัวและการงาน ในตอนนี้ข้าพเจ้าอยากจะบอกว่า เราต้องการผู้ครองเรือนที่ดี ที่เป็นแบบอย่าง มีชีวิตที่ดีงามอยู่ในสังคม รู้จักรับผิดชอบต่อภาระหน้าที่ต่างๆ

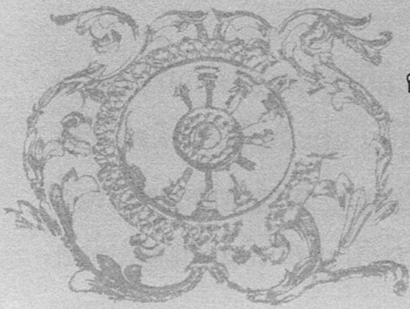
เมื่อสังคมเริ่มดีขึ้น และมีผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจำนวนมากขึ้นๆ ที่สามารถจัดการในสิ่งที่ตัวเองต้องรับผิดชอบได้เรียบร้อยแล้ว เขาก็ย่อมจะหันหลังให้กับสังคมที่ดีงามนี้ และละทิ้งชีวิตของผู้ครองเรือน การออกจากบ้านไปเพื่อความหลุดพ้นของตนเอง และเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นนั้นถือเป็นอุดมคติ เราไม่ได้ต่อต้านในเรื่องนี้ แต่ในเวลาเดียวกันเราก็ต้องช่วยกันสร้างสรรค์สังคมที่ดีงาม ให้มีผู้ครองเรือนที่เป็นแบบอย่างมากๆ ก่อน ฉะนั้น การหลีกหนีไปในตอนนี้จึงยังไม่ใช่ทางออก จงอยู่ในสังคมอย่างรู้จักปลีกเร้น ไม่ไปผูกพันยึดติด

ถาม *วิธีการปฏิบัติวิปัสสนาช่วยให้เราสามารถสังเกตเห็นปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นกับร่างกาย แต่จะช่วยชำระจิตให้บริสุทธิ์ได้อย่างไร วัตถุประสงค์หลักๆ แล้วเพื่ออะไรครับ*

ท่านอาจารย์ ท่านก็เห็นแล้วว่า ในขณะที่ท่านเข้าปฏิบัติอยู่ในหลักสูตรนั้น ที่ระดับลึกมากของจิตยังสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกทางกายได้ทั้งวันทั้งคืน และมันก็ถูกครอบงำด้วยนิสัยเดิมๆ คือ เมื่อมันได้พบกับความรู้สึกต่างๆ เหล่านี้ ก็จะคอยเฝ้าตอบโต้ ถ้าเป็นความรู้สึกที่น่าพอใจ จิตก็จะตอบโต้ด้วยความชอบ แต่ถ้าเป็นความรู้สึกที่ไม่น่าพอใจ ก็จะตอบโต้ด้วยความไม่ชอบ ฉะนั้น นิสัยที่ชอบและไม่ชอบนี้จึงเพิ่มพูนขึ้นทุกขณะ เพราะนั่นเป็นสิ่งที่ท่านยังคงกระทำในระดับลึกของจิต

ในระดับพื้นผิวท่านอาจจะพยายามขจัดนิสัยที่ชอบตอบโต้นี้ และดูเหมือนว่าท่านจะ

ทำได้ แต่ในระดับลึกแล้ว นิสัยเก่าๆ นี้ยังคงอยู่ การเฝ้าสังเกตเวทนาที่ระดับลึกของจิตนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงนิสัยเก่าๆ ของจิตในระดับรากเหง้า ซึ่งจะช่วยให้จิตทั้งหมดเปลี่ยนแปลงไปด้วย ด้วยเหตุนี้ เราจึงใช้วิธีการปฏิบัตินี้ในการชำระจิตให้บริสุทธิ์ด้วยการสังเกตเวทนา ❖



คำกล่าวปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมถลี ประเทศอินเดีย

5 มกราคม 2536

ครอบครัวธรรมะ

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งชายและหญิง

รายงานที่ข้าพเจ้าเพิ่งจะได้ฟังไปนั้นเป็นเรื่องที่ค่อนข้างน่ายินดี ครอบครัวธรรมะกำลังเติบโตขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งนับเป็นนิมิตหมายที่ดี แต่ในขณะเดียวกันเราต้องเติบโตไปทางที่ถูกต้อง ครอบครัววิปัสสนาทั้งหมดควรมีน้ำหนึ่งใจเดียว ไม่แตกแยกกัน

ความรับผิดชอบอันยิ่งใหญ่นี้อยู่ในมือของผู้ที่รับใช้ธรรมะ การรับใช้ธรรมะเริ่มต้นขึ้นนับตั้งแต่ที่บุคคลผู้นั้นได้อาสาเข้ามาเป็นธรรมบริกรในศูนย์ฯ เพื่อที่จะพัฒนาบารมี พัฒนาการปฏิบัติของตนเองด้วยการรับใช้ผู้อื่น หลังจากที่ได้เรียนรู้วิธีการปฏิบัติแล้ว ตอนนี้ก็ต้องเรียนรู้ที่จะนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิต ท่ามกลางบรรยากาศที่เอื้ออำนวย เมื่ออยู่ในโลกภายนอก ท่านอาจพบว่าบรรยากาศไม่ดีนัก และท่านก็ไม่สามารถนำธรรมะไปใช้ได้เลย แต่ที่นี่บรรยากาศวิเศษมาก ทั่วทุกแห่งอบอวลไปด้วยกระแสของธรรมะ ในขณะที่ท่านกำลังรับใช้ผู้ปฏิบัติอยู่นั้น อาจมีผู้ปฏิบัติบางคนเกิดความรู้สึกขุ่นมัวและพูดจาไม่ดีใส่ท่าน หรือไม่ยอมทำตามกฎระเบียบ หากท่านรู้สึกขัดเคือง อารมณ์เสีย ก็แสดงว่าท่านปฏิบัติไม่ถูกต้อง ท่านควรจะรู้สึกตัวในทันทีว่า “โอ้ ฉันมาที่นี่เพื่อรับใช้ผู้คน เพื่อขัดเกลากิเลสของตัวเอง ไม่ได้มาทำตัวเป็นตำรวจนะ”

ขณะที่นั่งปฏิบัติ ท่านไม่ควรมีปฏิกิริยาตอบโต้ต่อเวทนาที่เกิดขึ้น ถึงกระนั้นท่านก็พบว่าเวลาที่มีเวทนาไม่น่าพอใจปรากฏขึ้น จิตส่วนที่มีนิสัยชอบตอบโต้จะเริ่มทำงาน แต่ท่านรู้ตัวได้รวดเร็วเพียงใดว่า “โอ้ ไม่ ฉันกำลังจะมีปฏิกิริยาตอบโต้ด้วยความขุ่นเคืองหรือนี่” หากทำได้ ท่านก็จะกลับมาวางอุเบกขา เมื่อมีเวทนาที่น่าพอใจเกิดขึ้น ท่านก็ตอบโต้ด้วยความชอบ ท่านตอบโต้เพราะท่านยังไม่แข็งแกร่งพอ แต่หลังจากนั้นท่านรู้ตัวรวดเร็วเพียงใดว่า “ดูสิ ฉันกำลังตอบโต้ โอ้ ไม่ ฉันต้องกลับมาเฝ้าดูอย่างมีอุเบกขา ฉันต้องออกมาจากความชอบนี้”

ในทำนองเดียวกัน ขณะที่ท่านกำลังรับใช้ผู้ปฏิบัติและมีปฏิกิริยาตอบโต้ออกไปอย่างผิดๆ ท่านรู้ตัวรวดเร็วเพียงใดว่า "โอ้ ไม่ ฉันมาที่นี่เพื่อรับใช้ผู้อื่น และฉันก็ได้ทำผิดพลาดไปแล้ว" ขอให้กลับมารู้ตัว แล้วรับใช้ด้วยความรักความเมตตาเสมอ ทุกๆ การกระทำและทุกๆ คำเตือนของท่านที่ให้แก่ผู้ปฏิบัติ จะต้องทำด้วยจิตที่สงบระงับ เยือกเย็น เปี่ยมไปด้วยความรักความเมตตา

การรับใช้ในระหว่างการอบรมคือสนามฝึกสำหรับท่าน ความสำเร็จจากที่นี่จะช่วยให้ท่านสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้มาไปใช้กับโลกภายนอก

นอกจากธรรมบริกรแล้ว ยังมีผู้จัดการหลักสูตรหรือผู้จัดการศูนย์ฯ ซึ่งมีความรับผิดชอบใหญ่หลวง กล่าวคือต้องมีความสัมพันธ์อันดีกับธรรมบริกรและผู้ปฏิบัติ เป็นผู้ที่เปี่ยมไปด้วยความรักความเมตตา

เรายังมีผู้สอนหลักสูตรเด็ก ซึ่งงานของพวกเขาถือเป็นงานที่สำคัญยิ่ง โชคร้ายที่ผู้คนปัจจุบันต้องแบกรับภาระอันหนักอึ้งในเรื่องของการแบ่งแยกลัทธินิกายหรือฝักฝ่าย มีการต่อสู้ ทะเลาะเบาะแว้ง หรือเข่นฆ่ากันไม่หยุดหย่อน เพราะผู้คนหลงลืมธรรมะ เห็นว่าลัทธินิกายของตนเท่านั้นที่สำคัญ ทุกๆ คนพยายามจะสร้างลัทธินิกายของตัวเองขึ้นมา แต่ไม่ต้องการจะสร้างธรรมะให้กับตัวเอง

เราไม่ควรจะปล่อยให้สิ่งเหล่านี้ตกทอดไปถึงชนรุ่นหลัง ไม่ควรให้พวกเขาคลั่งไคล้ในลัทธินิกาย หากพวกเขาได้รับธรรมะที่บริสุทธิ์ ซึ่งปราศจากการแบ่งแยกลัทธินิกาย เป็นธรรมะที่สากล ตั้งแต่เยาว์วัยแล้ว ก็จะเข้าใจได้ว่า "ฉันเป็นมนุษย์ ไม่สำคัญหรอกว่าจะเรียกตัวเองเป็นฮินดู มุสลิม คริสเตียน หรือเชน" เราจะเป็นมนุษย์ก็ต่อเมื่อเราใช้ชีวิตอย่างมีธรรมะกำกับ มิฉะนั้นแล้วก็ย่อมจะสูญเสียความเป็นคนไป จึงต้องให้เด็กๆ ตั้งแต่อายุยังน้อยๆ เข้าใจว่า จะมีชีวิตอยู่บนครรลองแห่งธรรมในฐานะของมนุษย์ที่ดีได้อย่างไร

เด็กๆ จะได้รู้จักกับวิธีพัฒนาธรรมะในตัวเอง ศีล สมาธิ ปัญญานั้นเป็นสากล ซึ่งเรื่องนี้ก็ต้องทำความเข้าใจกันตั้งแต่อายุยังน้อยๆ เพื่อให้ได้เรียนรู้ธรรมะที่บริสุทธิ์ หากเราให้การอบรมพวกเขาด้วยความรักความเมตตาแล้ว พวกเขาก็จะยอมรับ ข้อมูลที่ข้าพเจ้าได้รับจากการอบรมหลักสูตรเด็กนั้นเป็นที่น่ายินดีอย่างยิ่ง เพราะกำลังเห็นผล มีความต้องการที่จะจัดอบรมหลักสูตรเด็กเพิ่มมากขึ้น นั่นเป็นเหตุผลที่ข้าพเจ้าต้องการให้มีผู้สอนหลักสูตรเด็กเข้ามาทำงานนี้มากขึ้น

ต่อไปคือผู้ช่วยอาจารย์ ซึ่งมีความรับผิดชอบสำคัญในการอบรมหลักสูตร 10 วัน คน

ทั้งหลายจะพากันมาเข้าปฏิบัติ หากผู้ช่วยอาจารย์ปฏิบัติหน้าที่ด้วยดี มีความตั้งใจที่จะรับใช้ผู้อื่น ไม่ใช่เพียงเพื่อเพิ่มพูนอัตตาตนเอง อย่าคิดว่า “ตอนนี้ฉันเป็นผู้ช่วยอาจารย์ ได้นั่งอยู่บนธรรมาสน์แล้ว ทุกคนต้องก้มกราบฉัน 3 ครั้ง วิเศษจริงๆ” เราต้องปราศจากอัตตาเช่นนั้น ท่านมาที่นี่เพื่อรับใช้ เวลาที่ผู้ปฏิบัติก้มกราบนั้น พวกเขาก้มกราบให้กับธรรมะ ไม่ใช่ตัวท่าน ทุกคนควรจะเข้าใจประเด็นนี้อย่างชัดเจน

ยังมีผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส ซึ่งไม่เพียงแต่ต้องรับผิดชอบในการอบรมหลักสูตร 10 วัน หากยังต้องดูแลหลักสูตรที่สูงขึ้นด้วย ในขณะเดียวกันก็ต้องให้คำแนะนำและฝึกอบรมผู้ที่ได้รับแต่งตั้งเป็นผู้ช่วยอาจารย์และผู้สอนหลักสูตรเด็ก

นอกจากนี้ก็มีอุปาจารย์ เมื่อก่อนเราเรียกว่า “ผู้ประสานงาน” แต่ข้าพเจ้าอยากจะขอเรียกอุปาจารย์ ซึ่งหมายถึงรองอาจารย์ มีความรับผิดชอบและปฏิบัติหน้าที่ในแบบเดียวกับผู้ได้รับแต่งตั้งเป็นอาจารย์

ความสัมพันธ์ของทุกๆ ฝ่ายเป็นเรื่องที่สำคัญมาก ถือเป็นหัวใจของครอบครัววิปัสสนาเลยทีเดียว นับตั้งแต่ธรรมบริกรไปจนถึงอาจารย์ ถ้าท่านทะเลาะกันแล้ว ธรรมะจะไปอยู่ที่ไหนเล่า ท่านเป็นตัวแทนของธรรมะ ผู้คนจะตรวจสอบธรรมะผ่านท่าน พวกเขาจะจับตามองว่าท่านได้ดำเนินชีวิตอย่างที่ควรหรือไม่ ซึ่งถ้าเป็นเช่นนั้น พวกเขาก็จะตัดสินใจได้ว่าธรรมะเป็นสิ่งที่ดี แต่ถ้าไม่เป็นเช่นนั้น พวกเขาก็จะเห็นว่าธรรมะเป็นเรื่องโกหกหลอกลวงทั้งเพ ท่านจะทำร้ายผู้คนเหล่านี้ ด้วยการขับไล่พวกเขาออกไปจากเส้นทางธรรม ฉะนั้นจึงต้องระมัดระวังให้มาก ท่านมีความรับผิดชอบอันยิ่งใหญ่ในขณะที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์

ถ้าผู้ใดได้เลื่อนตำแหน่งสูงขึ้น ก็ขอให้เข้าใจว่า “ตอนนี้ฉันมีโอกาสได้รับใช้ในหน้าที่นี้ ทุกคนต้องรับใช้ก็เท่านั้น” จงเข้าใจว่าไม่มีอำนาจอะไรเลย ไม่เหมือนกับการปกครองแบบระบบข้าราชการหรือเจ้าขุนมูลนาย ที่ผู้อาวุโสมีอำนาจปลดผู้น้อย หรือทำอะไรในทำนองนั้น ซึ่งเป็นเรื่องที่อันตราย

หากผู้อาวุโสพบว่าผู้ที่อ่อนอาวุโสกว่ามีข้อบกพร่องบางอย่าง ก็ควรจะดำเนินการด้วยความรักความเมตตา คิดว่า “ฉันจะต้องแก้ไขสิ่งที่ผิดพลาดในตัวของคนๆ นี้ แต่จะต้องไม่ขับไล่ไสส่งเขาออกไป” ฉะนั้น ขอให้พยายามปรับปรุงแก้ไขคนผู้นี้ด้วยความรัก และผู้ที่อ่อนอาวุโสเองก็ต้องให้ความเคารพแก่ผู้ที่มีอาวุโสกว่าเสมอ นี่เป็นธรรมเนียมที่ถือปฏิบัติกันมาตั้งแต่ครั้งพุทธกาล

ในสมัยนั้นมีเหตุการณ์ๆ หนึ่งเกิดขึ้นคือ เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จกลับนครกบิลพัสดุ์ภาย

หลังจากที่ได้ตรัสรู้แล้ว ชาวเมืองก็ไม่ค่อยจะยินดีนัก ด้วยคลางแคลงใจว่า เหตุใดจึงทรงละทิ้งความรับผิดชอบ แต่แล้วพวกเขาก็พบว่า พระองค์ทรงเป็นบุคคลที่น่าอัศจรรย์ยิ่ง และสิ่งที่ทรงรู้แจ้งก็เป็นผลดีต่อโลกทั้งมวล นั่นจึงทำให้พวกเขาเกิดความรู้สึกเลื่อมใสศรัทธาขึ้นมา

เจ้าชายจำนวนหนึ่งตัดสินพระทัยว่า จะดำเนินรอยตามพระสมณโคดม เสด็จออกผนวชเป็นพระภิกษุเพื่อรับใช้ตนเอง จากนั้นจึงค่อยรับใช้ผู้อื่น ขณะที่พากันมาเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้า ได้มอบเครื่องประดับและอาภรณ์มีค่าทั้งหมดให้แก่ข้ารับใช้ที่เป็นช่างตัดผมชื่ออุบาลี พร้อมกับตรัสว่า "เรากำลังจะออกบวช เจ้าจงรับของพวกนี้ไปเถิด" ช่างตัดผมคิดว่า "เจ้าชายผู้มีชีวิตสุขสบายเหล่านี้พากันละทิ้งของมีค่าทั้งหมดนี่ แล้วเราจะเอามันไปทำอะไรกัน ทำไมเราจึงไม่ออกบวชเสียด้วยเล่า"

เจ้าชายเหล่านี้มาจากวรรณะสูง โชคร้ายที่ในประเทศนี้มีระบบวรรณะและก็ยังคงมีอยู่ ซึ่งถือเป็นปัญหาใหญ่ ฉะนั้น บรรดาเจ้าชายจึงร่วมกันตัดสินพระทัยว่า ควรจะให้ช่างตัดผมออกบวชเป็นคนแรก มีธรรมเนียมว่าผู้ที่บวชก่อนนั้นมีอาวุโสกว่าผู้ที่บวชทีหลัง และผู้ที่บวชทีหลังก็จะต้องให้ความเคารพผู้ที่อาวุโสกว่าเสมอ พวกเจ้าชายพูดคุยกันว่า "ทุกครั้งที่เราก้มกราบช่างตัดผมผู้นี้ เราจะได้ทำลายอัตตาตนเอง เพราะถ้าเขายังให้ความเคารพพวกเราอยู่ ก็จะไม่มีทางทำลายอัตตาของพวกเราลงได้" ช่างเป็นความคิดที่ประเสริฐยิ่งนัก

ในทำนองเดียวกัน ผู้ที่ได้รับแต่งตั้งให้ทำหน้าที่เหล่านี้ก่อนย่อมถือเป็นผู้อาวุโส และได้รับความเคารพจากผู้ที่ได้รับการแต่งตั้งทีหลัง ขอให้เข้าใจว่าพวกเขาคือตัวแทนของธรรมะ ฉันกำลังก้มกราบธรรมะ และฉันก็ต้องให้ความเคารพพวกเขา เพียงเท่านี้ก็จะช่วยให้บรรยากาศทั้งหมดราบรื่น ผู้ที่อาวุโสกว่าต้องให้ความรักความเมตตาแก่ผู้น้อยเสมอ

ในสมัยพุทธกาล แน่นอนที่จะต้องมีผู้ที่ประพฤติปฏิบัติตนไม่เหมาะสมอยู่บ้าง แต่ส่วนใหญ่แล้วสาวกของพระพุทธองค์ มีพระภิกษุสงฆ์ เป็นต้น ล้วนมีกิตติศัพท์ในด้านความสามัคคี "ดูสิ พวกเขาอยู่ร่วมกันอย่างกลมเกลียว วิเศษจริงๆ" พวกเขาเป็นสาวก เป็นบุตรธิดาของพระพุทธเจ้า

พวกท่านทั้งหลายก็ถือเป็นบุตรธิดาของพระผู้มีพระภาคเจ้า เพราะคำสอนของพระองค์ทำให้พวกท่านได้มีชีวิตใหม่ แล้วศากยบุตรศากยธิดามีชีวิตเช่นไร *สะมัคคา* คือ อยู่ร่วมกันอย่างปรองดอง ไม่วิวาทกัน มีความสุขใจ *สัมโมทะมานา* คือ ทุกๆ ขณะมีแต่ความรัก

ความเมตตา ความสุข และมิตรไมตรี นั่นเป็นคุณสมบัติของพุทธบุตรหรือพุทธบุตรี *อะวิวะทะมานา* คือ ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน หากมีการทะเลาะกัน ก็ไม่สมควรที่จะเป็นบุตรธิดาของพระองค์

ต่อมาคือ *ขีโรทะกีภูตา* *ขีระ* หมายถึงนม *อุทก* หมายถึงน้ำ พวกเขามีชีวิตดุจดั่งน้ำกับนมที่หลอมรวมกันจนแบ่งแยกไม่ได้ มองดูกันด้วยแววตาที่เปี่ยมไปด้วยความรัก ไม่ใช่แดงก่ำหรือขุ่นเคือง แววตาของพวกเขาประดุจฉาบไปด้วยน้ำผึ้ง *ปิยะจักขุ* ท่วมท้นไปด้วยความรัก นี่คือวิถีชีวิตของพวกเขา เป็นแบบอย่างที่จะต้องสืบสานกันต่อไป นี่แหละแบบแผนของครอบครัว *ขีโรทะกีภูตา* ครอบครัวทั้งหมดต้องอยู่ร่วมกันฉันท์พี่น้อง และเป็นแบบอย่างเป็นอุดมคติ ผู้คนกำลังเฝ้ามองพวกท่านอยู่ จึงเป็นเรื่องสำคัญยิ่งที่พวกท่านจะต้องมีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ซึ่งนั่นจะเป็นแรงบันดาลใจให้แก่ผู้พบเห็น ท่านควรจะดึงดูดผู้ที่ไม่มีศรัทธาในธรรมะให้เกิดความศรัทธา และทำให้ผู้ที่มีศรัทธาอยู่แล้วเกิดความศรัทธายิ่งๆ ขึ้นไป

นี่เป็นความรับผิดชอบที่ใหญ่หลวงนัก ตอนนี้เป็นเวลาที่ธรรมะกำลังเริ่มแผ่ขยาย ซึ่งแน่นอนว่าจะเป็นไปอย่างรวดเร็วมาก พวกเราโชคดียิ่งที่ได้มีโอกาสเข้ามารับใช้ธรรมะในบรรยากาศที่ดีเช่นนี้ นี่คือช่วงเวลาแห่งยุคเข็ญ ธรรมะจึงต้องอุบัติขึ้น ธรรมะได้เริ่มอุบัติขึ้นแล้ว และจะเจริญงอกงามต่อๆ ไป ไม่ว่าพวกเราจะอยู่ที่นี่หรือไม่ก็ตาม ตอนนี้จึงเป็นโอกาสที่พวกเราจะได้รับใช้ธรรมะไปพร้อมๆ กับพัฒนาบารมีของตัวเราเอง

จงใช้โอกาสนี้เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุข เพื่อความหลุดพ้นของตัวท่านเองและผู้อื่น ขอให้ธรรมะจงเจริญงอกงาม ขอให้ผู้คนทั้งโลกจงก้าวออกมาจากความทุกข์ ได้พบกับความสุขความสงบด้วยเถิด ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย
23 มกราคม 2537

ถาม–ตอบ

ถาม *ท่านอาจารย์คะ ทุกครั้งที่ผู้ช่วยอาจารย์เข้าออกห้องปฏิบัติรวม ธรรมบริกรจะก้มกราบเสมอ เมื่อผู้ปฏิบัติเห็นเช่นนั้น พอพวกเขามาเป็นธรรมบริกร ก็ทำเช่นเดียวกัน จนแทบจะกลายเป็นพิธีกรรมไปแล้ว ท่านจะให้คำแนะนำในเรื่องนี้อย่างไรคะ*

ท่านอาจารย์ ธรรมะที่บริสุทธิ์จะต้องไม่มีเรื่องของพิธีกรรมเข้ามาปะปน ทั้งสองอย่างนี้ไปด้วยกันไม่ได้ ข้าพเจ้าคิดว่าไม่ผิดอะไรที่จะแสดงความเคารพผู้ช่วยอาจารย์ ถ้าหากคนๆ นั้นเข้าใจว่าเขากำลังแสดงความเคารพแก่ธรรมะ ผู้ใดก็ตามที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์ ไม่ว่าจะเป็นผู้ช่วยอาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส หรืออาจารย์ ล้วนแล้วแต่เป็นตัวแทนของพระพุทธ พระธรรม และครูบาอาจารย์ที่สืบสายวิปัสสนามาทั้งหมด โดยได้ดำเนินชีวิตอยู่ในครรลองคลองธรรมและรับใช้ผู้อื่นด้วยธรรมะ ถ้าหากผู้ที่รู้สึกเลื่อมใสศรัทธาและซาบซึ้งในบุญคุณของบุคคลผู้นี้จะก้มกราบ ก็ถือเป็นการกระทำที่ดี เพราะอันที่จริงแล้วเท่ากับเขากำลังก้มกราบแสดงความเคารพแก่ธรรมะ

แต่เมื่อใดที่สิ่งนี้กลายเป็นเพียงธรรมเนียมปฏิบัติหรือพิธีกรรม ก็จะขัดแย้งกับธรรมะอย่างสิ้นเชิง ถ้ามีใครคนใดคนหนึ่งก้มกราบด้วยความเคารพ แล้วคนอื่นๆ รู้สึกว่า "ถ้าเราไม่ก้มกราบ คนอื่นๆ ก็จะคิดว่าเราไม่มีความอ่อนน้อมเอาเสียเลย ฉะนั้น เราจะต้องก้มกราบตามด้วย" นี่ย่อมไม่ใช่ธรรมะ การกระทำที่กอปรด้วยธรรมะต้องมาจากความตั้งใจที่บริสุทธิ์เสมอ มิฉะนั้นแล้วก็จะกลายเป็นเพียงแค่ว่าสักแต่ทำๆ ไป เป็นการบริหารหลังดีๆ เท่านั้นเอง ! ถ้าอย่างนั้นก็ควรจะไปทำในห้องของตัวเองดีกว่า

แต่หากคนๆ นั้นไม่ก้มกราบ เพราะเขาไม่มีความรู้สึกเลื่อมใสศรัทธาธรรมะในขณะนั้น ข้าพเจ้าก็จะรู้สึกยินดี "ดีแล้ว" เพราะการก้มกราบจะต้องมาจากความตั้งใจที่อยากจะแสดงความเคารพต่อธรรมะ ไม่ใช่ต่อบุคคลใดบุคคลหนึ่ง

แม้แต่พระพุทธองค์เองก็ไม่โปรดให้ผู้คนกราบไหว้บูชา เคยตรัสว่า "พวกเธออาจอยู่

กับเราตลอดเวลา จับชายจีวรของเราอยู่ แต่พวกเธอก็ยังห่างไกลจากเรา แต่เมื่อใดที่พวกเธอปฏิบัติธรรมด้วยจิตที่บริสุทธิ์ แม้จะอยู่ห่างออกไปสักพันโยชน์ พวกเธอก็ยังอยู่ใกล้เรา”

โย ธัมมัง ปัสสะติ โส มัง ปัสสะติ โย มัง ปัสสะติ โส ธัมมัง ปัสสะติ “ผู้ใดเห็นธรรม (ซึ่งหมายถึงมีธรรมะอยู่ในใจ) ผู้นั้นย่อมเห็นเรา” ฉะนั้น ถ้าผู้ใดไม่เห็นธรรมในขณะที่แสดงความเคารพ การกระทำนั้นก็จะเป็นเพียงแค่การกระทำที่ไร้สติเท่านั้นเอง

ถาม *ท่านเวบู ซายาดอว์ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “สาระสำคัญของการปฏิบัติ” (The Essential Practice) ว่า อานาปานสติเป็นทางลัดไปสู่นิพพาน เรื่องนี้จะเป็นไปได้อย่างไรกันครับ ถ้าท่านอยู่กับความรู้สึกที่จุดเล็กๆ เพียงจุดเดียว ในขณะที่ท่านอาจารย์สอนว่าเราจะต้องตามรู้เวทนาทั่วทั้งร่างกาย จึงอยากจะขอให้ท่านอาจารย์ได้โปรดช่วยอธิบายเรื่องนี้ด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ เป็นคำถามที่ดีมาก เรื่องนี้เข้าใจผิดกันมากสำหรับผู้ที่ไม่เข้าใจว่าวิธีการปฏิบัตินี้ได้รักษาสืบต่อกันมาอย่างไรในพม่า ท่านเวบู ซายาดอว์เป็นผู้สืบทอดวิธีการปฏิบัตินี้อีกสายหนึ่งตามประเพณีที่สืบต่อกันมา จะให้ผู้ปฏิบัติเริ่มต้นด้วยอานาปานะ ถึงแม้จะมีสิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์ภาวนาหลายแบบในการฝึกสมาธิ แต่ถ้าเราฝึกสมาธิด้วยอานาปานะก็จะเป็นทางลัดไปสู่นิพพาน นั่นเป็นสิ่งที่ท่านได้พูดไว้จริงๆ

เนื่องจากข้าพเจ้าได้มีโอกาสพบท่านหลายครั้ง ทั้งยังได้ใกล้ชิดท่านด้วย สิ่งที่ท่านสอนก็คือ ให้ตามรู้อยู่ที่บริเวณนี้ เฝ้าสังเกตลมหายใจ จนกระทั่งสามารถรับรู้ถึงเวทนาได้อย่างชัดเจน จากนั้นก็จะพัฒนาไปถึงขั้นที่รับรู้ถึงเวทนาทั่วทั้งร่างกายได้เอง ต้องรับรู้เวทนาได้ทั่วทั้งร่างกาย มิฉะนั้นแล้วท่านจะไม่มีทางเข้าถึงนิพพานได้เลย เพราะท่านยังไม่ได้พบกับสภาวะของภังคะ ซึ่งไม่ใช่เพียงแค่การรับรู้ถึงเวทนาที่ส่วนเล็กๆ ของร่างกาย หากแต่เป็นสภาวะที่นามรูปทั้งหมดต้องดับสลายไป นั่นจึงจะเป็นภังคะ ท่านเวบู ซายาดอว์ไม่เคยสอนใครว่า “ท่านจะบรรลุนิพพานได้โดยไม่ต้องผ่านภังคญาณ” เรื่องนี้เกิดจากการเข้าใจคำสอนของท่านผิดไป

ถาม *พวกเราทุกคนปรารถนาจะเผยแผ่ธรรมเพื่อบรรเทาความทุกข์ที่มีอยู่ทั่วโลก แต่ก็ไม่อยากจะทำให้เกิดความรู้สึกว่ากำลังยัดเยียดวิปัสสนาแก่ผู้อื่น ราวกับเราต้องการจะขยายลัทธินิกายของเรา ขอให้ท่านอาจารย์ได้โปรดชี้แนะแนวทางในการเผยแผ่วิธีการปฏิบัติอันวิเศษนี้ โดยที่ไม่ต้องอ้างถึงเหตุผลต่างๆ อันจะทำให้วิปัสสนาเป็นเรื่องของลัทธินิกาย*

ท่านอาจารย์ ถ้าท่านยัดเยียดวิปัสสนาให้แก่ผู้อื่น ก็เท่ากับว่าท่านกำลังผลักไสพวกเขา

ให้ออกห่างจากธรรมะ เราจะยัดเยียดธรรมะอันวิเศษนี้ให้แก่ผู้อื่นได้อย่างไร อันที่จริงประเพณีที่ดีงามซึ่งถือปฏิบัติกันมาก็คือ เราจะไม่ให้ธรรมะแก่ใคร ถ้าหากคนๆ นั้นไม่ได้ร้องขอด้วยความนอบน้อม ฉะนั้น เราจะยัดเยียดธรรมะให้แก่เขาได้อย่างไร ต่อเมื่อมีคนร้องขอ เราจึงจะให้ ผู้ใดก็ตามที่พยายามจะยัดเยียดธรรมะให้แก่ผู้อื่น เท่ากับเป็นการเผยแผ่ลัทธินิกายอย่างแน่นอน

ธรรมะก็คือธรรมะ จะต้องมอบให้ด้วยความรักความเมตตา และผู้คนก็จะต้องรับด้วยความเต็มใจ ด้วยความเคารพ นี่จึงจะเป็นธรรมะ มิฉะนั้นแล้วก็ไม่ใช่

ถาม *อยากจะขอให้ท่านอาจารย์อธิบายถึงบทบาทของผู้ช่วยอาจารย์และผู้ปฏิบัติที่จะช่วยกันจรรโลงวิปัสสนาเพื่อประโยชน์แก่มนุษยชาติสืบไป*

ท่านอาจารย์ หมายถึงความสัมพันธ์ระหว่างผู้ช่วยอาจารย์กับผู้ปฏิบัติหรือ ผู้ที่ได้รับแต่งตั้งให้เป็นผู้ช่วยอาจารย์ ก็เพื่อจะได้เรียนรู้วิธีการสอนธรรมะอย่างถูกต้อง ถือเป็นช่วงเวลาของการฝึกฝน เมื่อมีความชำนาญในการสอนแล้ว เขาจะได้รับมอบหมายความรับผิดชอบเพิ่มขึ้นเป็นผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส และถ้าทำหน้าที่ได้ดีขึ้นเรื่อยๆ ก็จะได้รับแต่งตั้งเป็นรองอาจารย์และอาจารย์ในที่สุด ทั้งหมดนี้เป็นขั้นตอนของการฝึกฝน

อาจมีบางคนที่เมื่อได้ขึ้นนั่งบนธรรมาสน์ในฐานะของผู้ช่วยอาจารย์แล้ว เริ่มเกิดอัตตาว่า “ดูสิ ตอนนี้ฉันอยู่เหนือผู้ปฏิบัติทั้งหมดที่มาเข้าปฏิบัติที่นี่แล้ว ฉันถึงได้ขึ้นมานั่งอยู่บนธรรมาสน์นี่ไง” หรือบางคนที่ได้เลื่อนขั้นจากผู้ช่วยอาจารย์ขึ้นเป็นผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส อาจจะเริ่มรู้สึกว่า “ตอนนี้ฉันได้อยู่เหนือบรรดาผู้ช่วยอาจารย์แล้ว” หรือผู้ที่ได้เป็นรองอาจารย์ ก็อาจรู้สึกว่า “ดูสิ ฉันได้เลื่อนขั้นแล้ว” หรือผู้ที่ได้เป็นอาจารย์ ก็อาจรู้สึกว่า “โอ้ ฉันได้ขึ้นสูงสุดแล้ว ! ทุกคนจะต้องเชื่อฟังสิ่งที่ฉันพูด”

ถ้ามีความหลงมัวเมาเช่นนี้เกิดขึ้น คนๆ นั้นก็ไม่เหมาะสมที่จะสอนธรรมะ การฝึกฝนทั้งหมดก็เพื่อวัตถุประสงค์นี้ เมื่อผู้ใดได้รับแต่งตั้งให้เป็นผู้ช่วยอาจารย์ งานของเขาก็คือการเรียนรู้ที่จะให้ธรรมะด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นอย่างยิ่ง

เขาต้องระลึกว่า “ฉันเป็นตัวแทนของพระพุทธ พระธรรม และครูบาอาจารย์ที่สอนธรรมะทั้งหมด ฉันเป็นตัวแทนของอาจารย์ของฉัน หากฉันสร้างความเสื่อมเสียให้กับธรรมะหรือวิธีการปฏิบัติที่ได้สืบต่อกันมา ก็จะเป็นบาปกรรมอย่างยิ่ง ฉันมาที่นี่เพื่อที่จะพัฒนาบารมีตนเอง เพื่อตอบแทนคุณพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ครูบาอาจารย์ทั้งหลาย ตลอดจนอาจารย์ของฉันเอง ที่ช่วยให้ฉันได้รับธรรมะอันวิเศษนี้ ด้วยเหตุนี้ ฉันจึงได้มารับใช้ธรรมะ” หากผู้ที่ได้รับแต่งตั้งให้เป็น

อาจารย์มีความรู้สึกเช่นนี้ การกระทำทุกอย่างของเขาก็จะเป็นการกระทำที่ดีงาม การรับใช้ธรรมะของเขาก็จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

ผู้ปฏิบัติย่อมให้ความเคารพเขา แต่เมื่อใดที่เขาเริ่มวางตัวเป็นผู้มีอำนาจ เขาก็จะไม่มีความเหมาะสม แม้จะได้รับแต่งตั้งให้เป็นอาจารย์แล้วก็ตาม การฝึกฝนที่กำลังดำเนินอยู่ในขณะนี้ เป็นการฝึกฝนให้พวกเขารู้ว่าจะรับใช้ธรรมะอย่างไร

ดังเช่นที่ท่านอาจารย์อูบาขิ่นเคยกล่าวไว้ว่า "คนที่ฉันมอบหมายให้สอนธรรมะนั้น อาจล้มเหลวไม่เป็นท่าก็ได้" ทั้งหมดขึ้นอยู่กับบารมีที่เขาได้สั่งสมมา ถ้าเขาได้สั่งสมบารมีที่ดีมาในอดีตชาติ ก็จะประสบกับความสำเร็จในการสอน และก้าวหน้าจากผู้ช่วยอาจารย์ไปเป็นอาจารย์ เพราะเขามีคุณสมบัติเช่นนั้นอยู่

เขาย่อมจะคิดว่า "ฉันต้องขอบคุณผู้ปฏิบัติ มีผู้ปฏิบัติมากมายที่ได้มาเรียนรู้ธรรมะไปจากฉัน ตอนนี้ฉันได้มีโอกาสบำเพ็ญทานบารมีแล้ว และทานบารมีที่ยิ่งใหญ่ที่สุดก็คือการให้ธรรมทาน ถ้าปราศจากพวกเขาแล้ว ฉันจะบำเพ็ญทานบารมีนี้ได้อย่างไรกัน ฉันไม่สามารถจะเข้าไปในป่า แล้วประกาศว่า "ฉันจะสอนทุกคนที่นี่" การที่ฉันได้บำเพ็ญทานบารมี ก็เพราะผู้คนที่มาที่นี่ได้ให้โอกาสฉัน ฉันต้องขอบคุณของพวกเขาจริงๆ"

"แล้วยังบรรดาครูบาอาจารย์อีกเล่า นับตั้งแต่พระผู้มีพระภาคเจ้าลงมา ล้วนแล้วแต่สอนธรรมะด้วยความรักความเมตตา ! ถึงแม้ฉันจะกำลังเรียนรู้อยู่ ฉันก็ควรยึดถือท่านเป็นแบบอย่าง เป็นหลักที่ฉันต้องปฏิบัติตาม"

ผู้ใดก็ตามที่ได้รับมอบหมายให้ทำหน้าที่ที่สูงขึ้น ต้องระลึกอยู่เสมอว่า "นับตั้งแต่แรก หน้าที่ของฉันก็คือการเป็นผู้รับใช้ธรรมะ ไม่ว่าจะอยู่ในฐานะของธรรมบริกรหรือผู้ช่วยอาจารย์ ฉันก็ยังคงทำหน้าที่รับใช้ธรรมะ และตอนนี้ฉันก็ได้รับโอกาสที่จะรับใช้ธรรมะมากขึ้น"

จะไม่มีเรื่องของการใช้อำนาจในธรรมะ มีแต่การรับใช้ด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตนอย่างที่สุด นี่เป็นหนทางเดียวที่จะสร้างสัมพันธ์กับผู้ปฏิบัติ อาจารย์ทุกคน ไม่ว่าจะเป็นผู้ช่วย ผู้ช่วยอาวุโส รองอาจารย์ หรืออาจารย์เต็มขั้น ต้องเข้าใจว่าอะไรจะเกิดตามมา ถ้าหากท่านบังคับให้ผู้ปฏิบัติทำตามความประสงค์ของท่าน

สมมติเราบอกว่า "นับตั้งแต่พรุ่งนี้เป็นต้นไป บุคคลผู้นี้จะเป็นผู้ช่วยอาจารย์ พวกท่านต้องปฏิบัติตามคำสั่งของเขา ทำตามที่เขาต้องการ... ตอนนี้เขาเป็นผู้ช่วยอาจารย์อาวุโสแล้ว ผู้ช่วยอาจารย์ทั้งหมดจะต้องฟังเขา ไม่ว่าเขาจะพูดอะไรก็ถูกหมด ท่านต้องก้มหัวและยอมรับ... ตอนนี้เขาเป็นรองอาจารย์แล้ว ทุกคนต้องฟังเขา" ถ้าเป็นการบีบบังคับกันแบบนี้แล้วล่ะก็ จะอยู่ไปได้นาน

เท่าไรกัน แม้ในขณะที่ข้าพเจ้ายังมีชีวิต ผู้คนก็จะเริ่มหมดความเคารพต่อคนผู้นี้ แล้วหลังจากนั้นเขาก็จะไม่อยู่ในสถานะที่สอนธรรมะได้อีกต่อไป

เขาจึงต้องเรียนรู้ที่จะรับใช้ธรรมะในแบบที่ทำให้ผู้ปฏิบัติทุกคนรัก มิฉะนั้นแล้วก็จะมีแต่การใช้อำนาจ นี่ไม่ใช่เผด็จการ แต่เป็นการรับใช้ ฉะนั้น จงรับใช้ในแบบที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดความเคารพรักท่านขึ้นในใจ แล้วการรับใช้ของท่านก็จะให้ผลดี ถ้าท่านเริ่มวางอำนาจบาตรใหญ่ ก็จะไม่มีทางเป็นอาจารย์ที่ประสบความสำเร็จได้เลย

สำหรับในส่วนของผู้ปฏิบัตินั้น ควรระลึกอยู่เสมอว่า "นี่คือผู้ที่ได้รับแต่งตั้งให้เป็นอาจารย์ ฉันต้องเคารพท่านอาจารย์ในฐานะตัวแทนของครูบาอาจารย์ทั้งหลาย ฉันต้องเคารพพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และนี่ก็คือผู้ที่ไม่ว่าจะถูกหรือผิด ท่านอาจารย์ของฉันก็ได้ตัดสินใจแล้วว่าเขาสามารถทำหน้าที่ได้ ตอนนี้เขาเป็นตัวแทนของธรรมะที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์"

ผู้ปฏิบัติควรมีความเคารพต่อผู้ช่วยอาจารย์ แต่การจะเป็นเช่นนั้นได้ก็ด้วยการกระทำหรือความประพฤติของตัวอาจารย์เอง

หากอาจารย์ไม่มีคุณสมบัติของความอ่อนน้อมถ่อมตนและความรักความเมตตาแล้ว ก็จะไม่มีทางเป็นอาจารย์ที่ดีได้เลย ถึงแม้จะได้รับมอบหมายให้นั่งอยู่บนธรรมาสน์ก็ไม่ช่วยอะไรได้ ความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์กับผู้ปฏิบัติต้องเป็นไปในลักษณะนี้

ถาม *ท่านอาจารย์มักพูดอยู่บ่อยๆ ว่า ลำพังแค่ความร่ำรวยไม่สามารถให้ความสงบสุขได้ แล้วคนที่ไม่มีทั้งความร่ำรวยและความสุขควรจะทำอย่างไรดีครับ*

ท่านอาจารย์ ใช่แล้ว ถูกต้องเลยล่ะที่ความร่ำรวยเพียงอย่างเดียวไม่สามารถจะบันดาลความสุขสงบให้ได้ แต่ขณะเดียวกันความร่ำรวยก็มีบทบาทสำคัญต่อชีวิต ผู้ครองเรือนไม่ควรจะทำตัวเหมือนขอทานที่เที่ยวไปเร่ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น แต่ต้องรู้จักทำมาหาเลี้ยงชีพดังเช่นที่ทุกคนพึงกระทำ

เมื่อครั้งที่มีคนหิวโซอดข้าวมาสองวันเข้าไปหาพระพุทธเจ้านั้น ผู้คนได้พากันกราบทูลว่า "ขอพระองค์ได้โปรดประทานธรรมะให้แก่เขาด้วยเถิด เขาจะได้พบกับความสงบเพราะเขาเป็นคนที่ตกทุกข์ได้ยากจริงๆ "

พระองค์จึงตรัสตอบว่า "จงไปหาอาหารให้เขารับประทานก่อน แล้วค่อยพามาพบตถาคต ตถาคตจะให้ธรรมะแก่เขา" เวลาที่ท้องหิวเราย่อมไม่อาจจะสอนหรือรับธรรมะได้ เงินจึงมีบทบาทสำคัญอย่างมาก แต่แค่สิ่งนี้เพียงอย่างเดียวก็ไม่อาจบันดาลความสุขสงบให้ได้

ในประเทศตะวันตกที่ได้ชื่อว่าพัฒนาแล้วเจริญแล้วในทางวัตถุ ซึ่งข้าพเจ้าก็ไม่ทราบว่าจะเจริญแล้วจริงๆ หรือไม่ มีคนตกงานไปยื่นเรื่องขอสวัสดิการจากรัฐ แต่กลับมีรถขับ

ไปขอรับเงินสงเคราะห์ถึงสำนักงาน ! แล้วในประเทศที่ร่ำรวยมากประเทศหนึ่ง ข้าพเจ้ายังได้ยินมาว่า ประชากรทุกๆ 3-4 คนจะต้องใช้ยากล่อมประสาทหรือยานอนหลับเพื่อให้ตัวเองหลับ ประเทศนี้จึงมีการซื้อขายยากล่อมประสาทและยานอนหลับกันมากมายมหาศาลในแต่ละวัน

ถึงจะมีความเจริญ แต่ความสุขสงบไปอยู่ที่ไหนเสียล่ะ ข้าพเจ้าปรารถนาจะให้ประเทศที่ได้ชื่อว่าด้อยพัฒนาทั้งหลาย กลายเป็นประเทศที่พัฒนาไม่ใช่เพียงแค่ในด้านวัตถุ หากแต่มีธรรมะเป็นพื้นฐานด้วย แต่ละประเทศควรจะมีความเจริญก้าวหน้าควบคู่ไปกับความสุขสงบ

ค่ำคืนเมื่อเข้านอน ทันทีที่หัวถึงหมอน ท่านจะต้องเริ่มกรน ต้องหลับสนิท แล้วโรงงานที่ผลิตยานอนหลับทั้งหมดก็จะได้ปิดไปเสีย ! แต่นั่นจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อมีธรรมะ ถ้ามีธรรมะควบคู่ไปกับความเจริญทางด้านวัตถุ ก็จะสมบูรณ์แบบ

ถาม *ถ้าทุกคนในบ้านเป็นนักวิปัสสนาที่ดี ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ แล้วมีแขกมาเยี่ยมกันเต็มไปหมด จะเป็นนิมิตหมายที่ดีหรือเปล่าคะว่า พวกเขากำลังดึงดูดผู้คนให้มาที่บ้าน*

ท่านอาจารย์ ก็ขึ้นอยู่กับว่าท่านมีปฏิกิริยาอย่างไรกับเรื่องนี้ ถ้าท่านคิดว่า "เป็นเพราะวิปัสสนา ผู้คนมากมายจึงพากันมาที่บ้านของฉัน ไม่ไหวแล้ว บ้านของฉันไม่สามารถจะรับแขกได้มากมายขนาดนี้หรอก" นั่นแสดงว่าท่านไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนา

ท่านควรจะรู้สึกยินดีว่า "มีผู้คนมากมายพากันมาที่บ้านของฉัน นี่เป็นโอกาสที่ฉันจะได้ต้อนรับขับสู้พวกเขาเหมือนคนในครอบครัว ฉันโชคดีเหลือเกินที่มีผู้คนมากมายมาหาถึงบ้าน"

และในระหว่างที่ท่านต้อนรับขับสู้พวกเขา ก็ขอให้ทำด้วยความเมตตา ด้วยวิปัสสนา นี่เป็นสิ่งที่ผู้ครองเรือนที่ดีควรประพฤติปฏิบัติ

ถาม *ในชีวิตประจำวัน ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาไม่จำเป็นต้องออกกำลังกายหรือฝึกโยคะให้ร่างกายแข็งแรงหรอกหรือคะ*

ท่านอาจารย์ การออกกำลังกายเป็นเรื่องที่สำคัญมาก ท่านปฏิบัติวิปัสสนาเพื่อฝึกจิตให้เข้มแข็งและบริสุทธิ์ ในทำนองเดียวกัน ท่านก็ต้องออกกำลังกาย จะเป็นโยคะหรืออะไรก็ได้ เพื่อให้ร่างกายมีสุขภาพดีและแข็งแรง เป็นเรื่องจำเป็นที่ควรทำ

ถาม *จำเป็นหรือเปล่าครับที่ธรรมบริกร ซึ่งมารับใช้ธรรมะไม่เต็มหลักสูตรจะต้องรักษาศีล 5*

ท่านอาจารย์ ไม่ว่าจะเต็มหลักสูตรหรือไม่เต็มหลักสูตร ก็เท่ากับท่านได้เริ่มต้นเข้ามารับใช้ธรรมะแล้ว แสดงว่าท่านได้เลือกที่จะเดินไปบนเส้นทางของธรรมะ และต้องการจะช่วยเผยแผ่ธรรมะ ถ้าท่านไม่นำธรรมะไปใช้

ในชีวิตจริงแล้ว ท่านจะเป็นสื่อกลางในการเผยแผ่ธรรมะให้แก่ผู้อื่นได้อย่างไร

นอกจากนี้ เมื่อท่านเลือกที่จะเป็นธรรมบริกรแล้ว ผู้คนก็ย่อมจะเริ่มจับจ้องไปที่ความประพฤติและวิถีชีวิตของท่าน พวกเขาจะตรวจสอบธรรมะจากความประพฤติของท่าน ถ้าความประพฤติของท่านไม่ดีเสียแล้ว พวกเขาจะเข้ามาหาธรรมะได้อย่างไรกัน

ฉะนั้น การที่ท่านจะต้องรักษาศีล 5 จึงไม่ได้เพียงเพื่อการเผยแผ่ธรรมะ หากแต่เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเองด้วย

ถาม *มีผู้ปฏิบัติจำนวนมากปรารถนาจะได้ร่วมธรรมจาริกไปกับท่านอาจารย์ ที่ผ่านมาเคยมีการจัดธรรมจาริกจากที่นี่ เป็นไปได้หรือไม่ครับที่จะจัดธรรมจาริกเช่นนั้นอีก*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าเองก็ปรารถนาที่จะได้ร่วมธรรมจาริกไปกับครอบครัวธรรมะของข้าพเจ้า แต่จะต้องไม่ทำกันแบบเป็นพิธีกรรม

ธรรมจาริกครั้งสุดท้ายเป็นการจัดอบรมวิปัสสนาสัญจร ทุกคนที่ร่วมเดินทางจะเริ่มต้นด้วยการปฏิบัติอานาปานะ แล้วจากนั้นแม้แต่บนรถไฟ เราก็ปฏิบัติกันต่อโดยเปิดเทปคำสอนผ่านลำโพง มีตู้โดยสารอยู่สองตู้ ซึ่งทั้งสองตู้ก็ได้ฟังคำสอนเหมือนกัน การเดินทางมีลักษณะเดียวกับการอบรมหลักสูตรวิปัสสนา พอถึงสถานที่บางแห่ง เราก็ให้คำสอนวิปัสสนา หลังจากนั้นเมื่อไปถึงจุดหมายปลายทางในแต่ละแห่ง เราก็จะปฏิบัติเช่นเดียวกับที่ทำกันในหลักสูตร เราได้เดินทางไปยังสถานที่สำคัญๆ เช่น สถานที่ประสูติ หรือตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า แล้วนั่งปฏิบัติร่วมกันในที่นั้นๆ

เป็นธรรมจาริกที่ดีมาก แต่ตอนนั้นมีผู้ปฏิบัติร่วมเดินทางไปกับข้าพเจ้าแค่ประมาณ 50 คน ผิดกับตอนนี้ที่ครอบครัวขยายใหญ่ขึ้น ถ้าผู้เฒ่าผู้แก่ในครอบครัวคิดจะเดินทาง ลูกๆ หลานๆ ก็จะพากันพูดว่า "พวกเราจะขอตามไปด้วย !" เราจะจัดการอบรมสัญจรเช่นนี้ให้กับผู้คนจำนวนมากได้อย่างไรกัน ถึงแม้ข้าพเจ้าจะมีความปรารถนาอย่างยิ่งที่จะได้เดินทางจาริกเช่นนี้ แต่เราก็ต้องพิจารณาถึงความเป็นไปได้และความพร้อมที่จะจัดการเรื่องความสะดวกต่างๆ

ถาม *ข้าพเจ้าอายุ 81 แล้ว อยากจะไปเป็นธรรมบริกรที่ศูนย์ฯ แต่ฝ่ายจัดการดูเหมือนจะไม่เมตตาข้าพเจ้าเลย น่าจะให้โอกาสคนแก่ได้เป็นธรรมบริกรบ้าง*

ท่านอาจารย์ ถ้าฝ่ายจัดการขาดความเมตตา ก็ย่อมไม่ใช่ฝ่ายจัดการที่ดี ถ้าฝ่ายจัดการเห็นว่าไม่จำเป็นต้องใช้ธรรมบริกรเพิ่ม เพราะมีพอแล้ว ไม่มีประโยชน์ที่จะรับเข้ามาอีก ก็ต้องปฏิเสธคนๆ นั้นไป แต่ต้องทำด้วยความเมตตา อย่าให้ใครมาต่อว่าเอาได้ว่า "ฝ่ายจัดการไม่มีเมตตากับฉันเลย" ต้องทำด้วยเมตตา การปฏิเสธเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ มีเหตุผลมากมายในการปฏิเสธ ซึ่งก็มี

แต่ฝ่ายจัดการและอาจารย์ที่ดำเนินการอบรมเท่านั้นที่จะตัดสินใจได้

เป็นไปได้ที่บางคนมีเจตนาดีอยากจะรับใช้ธรรมะ แต่ร่างกายไม่เอื้ออำนวย หรือบางครั้งยังไม่มีวุฒิภาวะพอที่จะรับใช้ธรรรมะได้ เรื่องนี้จึงเป็นดุลยพินิจของฝ่ายจัดการหรือผู้ช่วยอาจารย์ ถ้าหากผู้สมัครได้รับแจ้งอย่างสุภาพว่า "ตอนนี้เรามีธรรมบริกรเต็มแล้ว" คนผู้นั้นก็จะต้องยอมรับอย่างยิ้มแย้ม

ถาม *ถ้าผู้ปฏิบัติวิปัสสนามีอาชีพสอนโยคะเขาควรจะเลิกสอนโยคะอาสนะ และการสวดคายตรี หรือโองการ หรือเปล่าครับ หรือว่ายังสอนต่อไปได้*

ท่านอาจารย์ ขึ้นอยู่กับวิจารณญาณของคนๆ นั้น การที่ผู้ปฏิบัติจะเข้าใจวิปัสสนาได้อย่างลึกซึ้งนั้นต้องใช้เวลา เราไม่ได้ต่อต้านคายตรี หรือโอม คำที่ใช้สวดซ้ำๆ กันย่อมก่อให้เกิดกระแสสั่นสะเทือนที่มีลักษณะเฉพาะซึ่งเป็นกระแสสั่นสะเทือนที่สร้างขึ้น ปรุงแต่งขึ้น ในขณะที่วิปัสสนาต้องการให้เราอยู่กับกระแสสั่นสะเทือนที่เป็นธรรมชาติ *ยถาภูตา* ตามอย่างที่เป็น ตามอย่างสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นกับร่างกายของฉัน ตามอย่างสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นในจิตของฉัน นั่นเป็นสิ่งที่เราต้องเฝ้าสังเกต แต่การท่องมนต์จะสร้างกระแสสั่นสะเทือนขึ้นมาเหมือนเกราะที่ปกคลุมพื้นผิวซึ่งจะทำให้เกิดความยากลำบากในการปฏิบัติ

เราพยายามจะอธิบายเรื่องนี้กับผู้ปฏิบัติ ถ้าเขายังรู้สึกว่า "มันให้ผลดีกับฉันมาก" ก็ต้องปล่อยเขาไป เราไม่สามารถบังคับกะเกณฑ์ให้เขาปฏิบัติแต่วิธีนี้เพียงอย่างเดียวได้ แต่สำหรับผู้ที่ได้เข้ามาสอนวิปัสสนา ไม่ว่าจะเป็นผู้ดำเนินการอบรมหลักสูตรเด็ก ผู้ช่วยอาจารย์ผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส หรือรองอาจารย์ หากไปบอกกับผู้อื่นว่า "ถ้าท่านต้องการจะเพิ่มการสวดมนต์เข้ามา ก็ไม่ผิดอะไร" ก็ย่อมจะก่อให้เกิดอันตรายขึ้นได้ สมมติว่ามีผู้ปฏิบัติคนหนึ่งว้าวุ่นใจมาก แต่แทนที่ผู้ช่วยอาจารย์จะชี้ทางแก้ตามวิธีของวิปัสสนา กลับให้คำแนะนำว่า "ท่องมนต์นี้สิ ไปหาที่นั่งท่องมนต์นี้สักพักนะ" แน่นอนว่าการท่องมนต์จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติสงบลง แล้วอาจารย์ก็อาจรู้สึกว่า "วิเศษจริงๆ มนต์นี้ได้ผล ฉันจะให้มนต์นี้กับทุกคนที่มา" แล้ววิธีการปฏิบัตินี้ก็จะสูญสิ้นไป ผู้คนจะไม่ได้รับประโยชน์จากวิปัสสนาอีก ผู้ที่เป็นอาจารย์จึงต้องระมัดระวังอย่างยิ่งที่จะไม่นำสิ่งอื่นใดเข้ามาผสมปนเปกับวิปัสสนา

สำหรับผู้ปฏิบัติ เราต้องปล่อยให้เขาตัดสินใจเอง ถึงอย่างไรเขาก็ได้เริ่มต้นสู่ธรรมะด้วยพิธีกรรมและการสวดมนต์ เหมือนเข้าเรียนในชั้นอนุบาล แต่เมื่อเขาพัฒนาขึ้น ก็จะคลี่คลายจากสิ่งต่างๆ เหล่านี้ได้เอง และเมื่อเขาปฏิบัติวิปัสสนาไปถึงขั้นที่ก้าวหน้าจริงๆ ก็จะสามารถละทิ้งมนต์คาถาและสิ่งต่างๆ เหล่านี้ได้ โดยที่ไม่ต้องใช้ความพยายามใดๆ เลย แต่ในขั้นนี้

ถ้าเราไปบีบบังคับ ก็คงจะไม่ถูกต้อง

ฉะนั้น พวกท่านจึงต้องระมัดระวัง ถ้าท่านเป็นอาจารย์ก็จะต้องไม่ให้คำแนะนำเช่นนี้แก่ผู้อื่น และถ้าท่านเป็นผู้ปฏิบัติ ก็ขอให้เข้าใจว่าการผสมเช่นนี้จะเป็นอันตรายต่อตัวท่านเอง ต้องเลิกเสีย แต่ถ้าท่านคิดว่า "ไม่ มันมีประโยชน์กับฉัน" ก็จงทำต่อไปสักระยะ หลังจากนั้นท่านก็จะเข้าใจเอง เรื่องเช่นนี้ไม่ควรที่จะมาบังคับกัน

ถาม *ตามที่ท่านอาจารย์ได้กล่าวไว้ในธรรมบรรยายว่า วิปัสสนากรรมฐานจะยังประโยชน์ต่อไปในประเทศนี้อีก 500 ปี แล้วหลังจากนั้นก็จะค่อยๆ เสื่อมลง เพราะมีการนำเอาวิธีอื่นเข้ามาผสม เรื่องนี้อิงจากประวัติศาสตร์ที่ผ่านมา หรือมาจากจุดอ่อนบางอย่างของวิธีการนี้เองครับ*

ท่านอาจารย์ วิธีการปฏิบัตินี้มั่นคงเข้มแข็งมาก ไม่มีทางที่จะเสื่อมไปอย่างแน่นอน เราต่างหากที่ทำให้เสื่อม เพราะความอ่อนแอของเรา ถ้าเรายังคงเข้มแข็งอยู่ หมายความว่าผู้ปฏิบัติและสังคมยังคงเข้มแข็ง วิปัสสนาก็จะยังคงอยู่สืบต่อไปได้นานกว่า 500 ปี อย่างแน่นอน แต่จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้เราบอกได้ว่ามันน่าจะอยู่ต่อไปได้อีกอย่างน้อย 500 ปี ถ้าหากพวกท่านเริ่มทำให้เสื่อมเสียตั้งแต่ตอนนี้ ภายในคนรุ่นนี้ ก็จะอยู่รับใช้ผู้คนได้ไม่ถึง 500 ปีแน่

การที่วิธีการปฏิบัตินี้ได้สูญสิ้นไป ส่วนหนึ่งเป็นเพราะเริ่มมีการนำเอาวิธีการอื่นเข้ามาผสม นอกจากนี้ ยังเป็นเพราะอาจารย์ที่สอนธรรมะได้สูญเสียวิถีชีวิตที่บริสุทธิ์ มีบางคนที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์แล้วคาดหวังว่า "ทุกคนจะต้องก้มกราบฉัน ทุกคนจะต้องบริจาค ฉันเป็นคนที่ได้รับแต่งตั้งเป็นคนพิเศษ" เพราะความรู้สึกเช่นนี้ ชีวิตในครรลองธรรมของเขาจึงได้เสื่อมถอยลง และเมื่อผู้คนหมดความเคารพต่ออาจารย์ผู้นี้แล้ว จะให้พวกเขาเคารพในคำสอนที่แม้จะดีสักเพียงใดก็ตามได้อย่างไร

นี่คือสาเหตุสองประการที่ทำให้วิธีการปฏิบัตินี้ได้สูญสิ้นไปภายหลังจาก 500 ปี ถึงแม้ข้าพเจ้าจะมีความปรารถนาอย่างยิ่งที่จะให้ธรรมะได้ยังประโยชน์แก่ผู้คนสืบต่อไป ไม่ใช่เพียงแค่ 500 ปี หากแต่นานนับพันๆ ปี แต่ข้าพเจ้าก็ยังคงพูดอยู่เสมอว่า "อย่างน้อยๆ ก็ขอให้ธรรมะสามารถธำรงความบริสุทธิ์ต่อไปได้ถึง 500 ปี และขอให้อาจารย์ทั้งหลายสามารถรักษาความบริสุทธิ์ไว้ได้เช่นกัน"

ถาม *การมีชีวิตอยู่ในสังคมนั้น ผู้ปฏิบัติที่เอาจริงเอาจังยังต้องไปร่วมงานพิธีต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นงานแต่ง งานศพ หรืออื่นๆ ในสถานการณ์เช่นนี้ผู้ปฏิบัติควรจะทำอย่างไรดีคะ*

ท่านอาจารย์ ก็ไปร่วมงานได้ ไม่มีอะไรเสียหาย เพราะท่านต้องใช้ชีวิตอยู่กับครอบครัวและสังคม ถ้าท่านเริ่มต่อต้าน ก็

ไม่ใช่ธรรมะแล้ว ขอให้มีเมตตา พยายามมีเมตตาต่อพวกเขา และถ้าท่านต้องไปงานต่างๆ เหล่านี้แล้ว ก็ขอให้ระลึกรู้อนิจจังที่เกิดขึ้นภายในกาย ขณะที่กำลังประกอบพิธีกรรมหรือร่วมงานนั้นๆ อยู่ ถ้าทำอย่างนี้ก็ไม่มีอะไรผิด

เมื่อถึงเวลาคนในครอบครัวของท่านจะเข้าใจเองว่า พิธีกรรมเหล่านี้ไม่มีความหมายแท้จริงแล้วธรรมะต่างหากที่สำคัญ พวกเขายังจะกลายเป็นคนของธรรมะและเริ่มเรียนรู้อนิจจัง แต่ไม่ใช่ไปยัดเยียดความคิดของท่านแก่ผู้อื่น จงอย่าได้สร้างความแตกแยกใดๆ

ในอดีตชาติของพระโพธิสัตว์ พระองค์ได้บำเพ็ญโวหารกุศล ใช้ไหวพริบปฏิภาณผ่านพ้นสถานการณ์ที่ยากลำบากต่างๆ ไปได้ ส่วนตัวพวกท่านเองก็ต้องใช้ชีวิตอยู่ในสังคมในฐานะของผู้ครองเรือน ฉะนั้น ท่านจึงต้องรู้จักวิธีที่จะรอมชอมไม่สร้างรอยร้าวกับคนในครอบครัว หรือคนอื่นๆ ในสังคม มีชีวิตอยู่อย่างสมานฉันท์และสงบสุข โดยที่ยังคงพัฒนาธรรมะไปด้วยได้

ถาม *ผู้ปฏิบัติหลายคนได้รับแต่งตั้งให้เป็นผู้ช่วยอาจารย์และผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส หลังจากที่ได้ปฏิบัติวิปัสสนามาหลายปี แต่ถึงกระนั้นก็ยังมีบางคนที่ไม่มีอุเบกขาและความอ่อนน้อมถ่อมตนอยู่ในคำพูดหรือการกระทำเอาเสียเลย อัตตากลับพองโตจากความรู้และการปฏิบัติ ทำไมถึงได้เป็นอย่างนั้นล่ะครับ มีตรงไหนที่ผิดพลาดไป แล้วจะแก้ไขอย่างไรดีครับ*

ท่านอาจารย์ คนที่อัตตาพองโตน่ะไม่ได้มีความรู้ในธรรมะ ไม่ได้กำลังปฏิบัติวิปัสสนาอยู่หรอก ถ้าเขาปฏิบัติวิปัสสนา ก็ต้องมีปัญญา มีความเข้าใจในวิปัสสนา ซึ่งก็จะต้องทำให้อัตตาลดน้อยถอยลง เพราะทั้งสองอย่างนี้ การปฏิบัติธรรมกับอัตตาไม่มีทางจะไปด้วยกันได้เลย

ถ้าคนๆ นั้นก้าวหน้าในธรรมะ นั่นหมายความว่าเขามีความเข้าใจในอนิจจังมากขึ้น ซึ่งก็จะทำให้เขามีความเข้าใจในทุกขังและอนัตตาตามมาด้วย ยิ่งคนๆ นั้นปฏิบัติมากขึ้นๆ เท่าไร เขาก็จะมีประสบการณ์และความเข้าใจในอนัตตาแจ่มชัดขึ้น ไม่มีอัตตาหรือตัวตน อนัตตาคือปราศจากอัตตาหรือตัวตน ซึ่งจะเป็นเครื่องชี้วัดว่าคนๆ นั้นได้ก้าวหน้าไปบนเส้นทางธรรมจริงหรือไม่ ไม่ว่าจะเป็นอาจารย์หรือผู้ปฏิบัติก็ตาม แต่สำหรับอาจารย์นั้นมีความรับผิดชอบมากกว่า เพราะต้องนั่งอยู่บนธรรมาสน์

บางครั้งอาจเป็นไปได้ที่ผู้ปฏิบัติจะเกิดความรู้สึกไม่ดีกับอาจารย์ด้วยเหตุใดเหตุหนึ่งจนทำให้เขาเริ่มมองอาจารย์ด้วยแว่นสีของอคติ และคอยจ้องจับผิด

ทุกคนที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์ จึงต้องเตรียมใจไว้เสมอว่าจะมีทั้งคนที่ชื่นชมและติเตียนท่าน จงยิ้มรับกับทั้งสองสิ่งนี้ และรู้จักวาง

อุเบกขา เมื่อใดที่ได้รับคำชื่นชม ก็ขอให้เข้าใจว่า "พวกเขากำลังชื่นชมธรรมะ ฉันก็ยังคงเหมือนเดิม เพียงแต่ธรรมะได้เข้ามาอยู่ในตัวของฉันแล้ว และพวกเขาก็กำลังชื่นชมธรรมะ" และถ้ามีคนติเตียน ก็ขอให้สำรวจดูตนเองก่อนว่า "ฉันได้ทำผิดพลาดอย่างที่ถูกติเตียนหรือเปล่า" ถ้าใช่ ก็จงแก้ไขเสีย นี่เป็นหน้าที่ของท่าน เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง จงแก้ไขเสีย

แต่ถ้าท่านคิดว่าไม่ได้ทำผิด ท่านได้สำรวจดูตัวเองเป็นอย่างดีแล้ว ยังมีคนตำหนิกล่าวหาท่านอีก ก็ขอให้ยิ้มรับและแผ่เมตตาให้เขา อย่าไปโกรธเคืองอะไร นี่เป็นวิธีที่จะช่วยให้เราก้าวหน้าไปบนเส้นทางธรรม

ไม่ว่าจะเป็นอาจารย์หรือผู้ปฏิบัติ ถ้าปรารถนาจะก้าวหน้าไปบนเส้นทางธรรมแล้ว เครื่องชี้วัดที่สำคัญอย่างหนึ่งก็คือ "อัตตาของฉันเพิ่มขึ้นหรือลดลง ถ้าลดลง แสดงว่าฉันอยู่บนหนทางที่ถูกต้อง ถ้าเพิ่มขึ้น แสดงว่าฉันไม่ได้อยู่บนหนทางที่ถูกต้อง"

ถาม *วิปัสสนานั้นเป็นเหมือนดาบสองคม ถ้าใช้ไม่ถูก ก็จะเป็นอันตรายกับตัวเอง บางครั้งผู้ปฏิบัติก็จะอยู่ในวังวนของอารมณ์โกรธเกลียด หรือความอยาก จนทำให้คนรอบข้างรู้สึกแปลกใจว่าวิปัสสนาให้ผลกลับตรงกันข้าม มีตรงไหนผิดพลาดไปหรือเปล่าครับ ขอให้ท่านได้โปรดช่วยชี้แนะทางออกและวิธีที่จะช่วยให้มีสติเท่าทันด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ วิปัสสนาไม่ใช่ดาบสองคม สมาธิต่างหากที่เป็นดาบสองคม เพราะมีทั้งที่เป็นมิจฉาสมาธิและสัมมาสมาธิ

ในขณะที่ปฏิบัติ ท่านจะปฏิบัติลึกลงไปเรื่อยๆ จนสามารถรับรู้ความจริงในระดับลึก จิตของท่านจะแหลมคมขึ้นๆ ซึ่งถ้าท่านแผ่เมตตาออกไป เมตตาของท่านก็จะมีพลังแรงกล้ามาก ทั่วทั้งบรรยากาศจะอบอวลไปด้วยกระแสของเมตตา เพราะท่านได้ปฏิบัติอยู่ที่ส่วนลึกของจิต ฉะนั้น มีดนี้จึงแหลมคมมาก สามารถชำระล้างสิ่งที่เป็นอกุศลทั้งหลายในบรรยากาศให้บริสุทธิ์และสงบเย็นได้ แต่ถ้าในระหว่างที่จิตกำลังลงลึกและแหลมคมเช่นนี้ ท่านกลับรู้สึกถึงความโกรธเกลียดแล้ว บรรยากาศทั้งหมดก็จะระส่ำระสายไปด้วยความชิงชังที่ท่านได้แผ่ออกมา

อาจเป็นไปได้ที่ในระหว่างการอบรมหรือการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน จะมีความรู้สึกขุ่นเคืองเกิดขึ้น ซึ่งก็เป็นเพราะความเคยชินเก่าๆ ของจิต ฉะนั้น วิธีที่ดีที่สุดสำหรับผู้ปฏิบัติก็คือ ให้ยอมรับว่า "ขณะนี้จิตของฉันเต็มไปด้วยความโกรธ *สะโทสัง วา จิตตัง สะโทสัง จิตตัง ติ ปะชานาติ* ตอนนี้จิตกำลังเผยธาตุแท้ของโทสะออกมา ขอให้เพียงแต่ยอมรับมันเฉยๆ โดยไม่ต้องทำอะไร อย่าไปพยายามผลักไสมัน

แต่ในขณะเดียวกันก็ขอให้กลับมาเฝ้าสังเกตดูความรู้สึกทางกายด้วย เพราะไม่ว่า

จะมีอะไรเกิดขึ้นในจิต *สัพเพ ธัมมา เวทนา สะโมสะระณา* ต้องปรากฏเป็นความรู้สึกทางกายด้วย ความรู้สึกทางกายในขณะนั้นจะสัมพันธ์กับความไม่บริสุทธิ์ที่เกิดขึ้นในจิต จงยอมรับความจริงว่า "ขณะนี้จิตของฉันเต็มไปด้วยความโกรธ ดูสิ เวทนาเป็นอย่างนี้นี่เอง และฉันก็ปฏิบัติมานานพอจนรู้ว่ามันไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วดับไป ใช่แล้ว มันเป็นอนิจจัง อนิจจัง ฉะนั้น ความโกรธนี้จึงเป็นอนิจจัง ฉันจะดูซิว่ามันจะอยู่ไปได้นานสักเท่าไร" ขอให้เฝ้าสังเกตดูมันไปเฉยๆ อย่าได้ผลักไสมัน

แล้วท่านก็จะเป็นเหมือนเจ้าของบ้านที่ตื่นอยู่ ขโมยที่เข้ามาในบ้านต้องวิ่งหนี เมื่อรู้ว่าเจ้าของบ้านมีสติตื่นขึ้นมาแล้ว ขณะนี้ท่านมีสติตื่นรู้แล้วว่า "ดูสิ ขโมยเข้ามาแล้ว โทสะมาแล้ว" โทสะมาแล้วก็ไป นี่คือวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาที่ถูกต้อง

ถ้าท่านไม่ปฏิบัติวิปัสสนา เอาแต่ฝึกสมาธิให้จิตแหลมคม ย่อมไม่ใช่สัญญาณที่ดีเลย เพราะการปฏิบัติของท่านอาจกลับกลายไปเป็นมิจฉาสมาธิ ไม่ใช่สัมมาสมาธิได้

ถาม *อยากจะขอกราบเรียนถามว่า ท่านได้บรรลุธรรมถึงขั้นไหนแล้วในสี่ขั้น คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์*

ท่านอาจารย์ ไม่ได้อยู่ในขั้นไหนทั้งสิ้น ! ถ้าท่านไม่อยากจะเดินไปกับข้าพเจ้า ข้าพเจ้าก็ไม่สามารถบังคับท่านได้ ขอให้เข้าใจว่าเส้นทางของธรรมะนั้นเป็นพัฒนาการที่เจริญก้าวหน้าขึ้นไปเรื่อยๆ ข้าพเจ้าได้เริ่มต้นก้าวเดินมาก่อนท่านหลายปี จึงพูดได้ว่าข้าพเจ้าอยู่ข้างหน้าท่านหลายก้าวและสามารถสอนท่านได้ "มาเถิด นี่ไง วิธีที่ทำให้ข้าพเจ้าก้าวหน้าและได้รับประโยชน์จากเส้นทางนี้ ท่านก็มาร่วมเดินด้วยกันสิ จงพยายามต่อไป"

สิ่งสำคัญคือ ถ้าท่านเห็นว่ามีบางสิ่งบางอย่างที่ดีอยู่ในตัวของคนๆ นี้ ในคำสอนของเขา ท่านก็ควรเดินตาม แต่ถ้าท่านรู้สึกว่าเขาไม่ได้เป็นพระอรหันต์ แล้วคิดว่า "ฉันจะไม่เดินตามคนๆ นี้หรอก" นั่นก็เป็นเรื่องของท่าน ข้าพเจ้าไม่ได้ว่าอะไร

ถาม *ท่านอาจารย์ครับ คำถามสุดท้ายอยากจะขอให้ท่านช่วยให้ความกระจ่างเกี่ยวกับหน้าที่และความรับผิดชอบของผู้ช่วยอาจารย์ กรรมการ และธรรมบริกรอีกครั้ง*

ท่านอาจารย์ หน้าที่และความรับผิดชอบนั้นมีมากมาย แต่ไม่มีอิทธิพลหรืออำนาจ เขาจะต้องไม่คิดว่า "ตอนนี้ฉันได้เป็นธรรมบริกรแล้ว มีอำนาจที่จะปกครองควบคุมผู้ปฏิบัติทั้งหมด ก็เหมือนๆ กับตำรวจ ฉันจะคอยดูซิว่าทุกคนทำตามกฎระเบียบที่เขียนไว้หรือเปล่า" ถ้าเขามีความรู้สึกเช่นนี้ ก็ยังไม่เหมาะที่จะรับใช้ธรรมะ

ผู้ที่เป็นกรรมการก็ไม่ควรคิดว่า "ตอนนี้ฉันได้เป็นกรรมการแล้ว ไม่ใช่สมาชิกธรรมดาๆ ในองค์กรอีกต่อไป ฉันมีอำนาจ

หน้าที่ในการตัดสินใจ ไม่ว่าจะดีหรือร้าย" บุคคลเช่นนี้ไม่เหมาะที่จะเป็นกรรมการเลย

ส่วนผู้ที่ได้เป็นผู้ช่วยอาจารย์ หรือผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส หรือรองอาจารย์ ก็ไม่ควรคิดว่า "ตอนนี้ฉันเป็นผู้ที่มีอำนาจแล้ว จะว่ากล่าวใครก็ได้ ถ้าไม่ถูกกับคนไหนก็เอาออกได้" เช่นนี้แล้วท่านจะเป็นครูอาจารย์ประเภทไหนกัน ท่านต้องพัฒนาความรู้สึกดุจดั่งพ่อแม่ว่า "ฉันได้รับหน้าที่นี้ ก็เพื่อจะได้พัฒนาคุณสมบัติของพ่อแม่ในการดูแลเอาใจใส่ลูกๆ ถ้าลูกคนไหนบกพร่อง ฉันก็จะยิ่งต้องเมตตาเขาเป็นพิเศษ" มีเพียงความรับผิดชอบและการรับใช้ช่วยเหลือเท่านั้น ไม่มีอำนาจใดๆ

ผู้ใดก็ตามที่ปรารถนาจะก้าวหน้าไปบนเส้นทางธรรม ต้องเข้าใจว่าไม่มีอำนาจอิทธิพล หรือสิทธิพิเศษใดๆ ถ้าเขาคาดหวังว่าจะได้รับสิ่งเหล่านี้แล้วล่ะก็ ควรลาออกไปเป็นผู้ปฏิบัติธรรมดาๆ เสียดีกว่า เขาต้องเข้าใจว่า ตลอดทั้งเส้นทางนี้คือเส้นทางของการรับใช้ธรรมะโดยปราศจากอัตตา ไม่คาดหวังสิ่งตอบแทน

ข้าพเจ้ามักพูดอยู่เสมอว่า *"ษีศะ อุตาเร ภุอึง ธะเร จะเล ฮะมาเร สาถะ"* จงตัดศีรษะ ตัดอัตตาของท่านทิ้ง แล้วมากับข้าพเจ้า ถ้าท่านทำได้เช่นนี้ ท่านก็เหมาะสมที่จะเดินไปกับข้าพเจ้า มิฉะนั้นก็จะไม่อาจไปกับข้าพเจ้าได้ ท่านจะต้องถอนตัวออกไป

ฉะนั้น ไม่ว่าจะเป็นธรรมบริกร กรรมการหรือผู้ช่วยอาจารย์ทั้งที่อ่อนอาวุโส อาวุโสหรือรองอาจารย์ ก็ไม่ควรจะมีอัตตา ถ้าใครคิดถึงเรื่องอำนาจและอิทธิพล ก็แสดงมีแต่อัตตา แต่ถ้าเขาคิดถึงเรื่องการรับใช้ผู้อื่น ก็แสดงว่ามีความอ่อนน้อมถ่อมตน อันเป็นคุณสมบัติที่ทุกๆ คนควรจะมี ซึ่งข้าพเจ้าก็ได้เห็นคุณสมบัติเช่นว่านี้อยู่ นี่แหละที่ทำให้ธรรมะแผ่ขยายออกไปได้ และก็จะแผ่ขยายออกไปอีก ข้าพเจ้าค่อนข้างมั่นใจเช่นนั้น ❖



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย
21 มกราคม 2538

ถาม–ตอบ

ถาม *วิปัสสนามีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงสังคม ท่านได้เผยแผ่วิธีการปฏิบัตินี้มาตั้งแต่ปีพ.ศ.2512 แต่ก็ยังคงมีการแบ่งแยกชั้นวรรณะ ลัทธินิกาย และหมู่เหล่าเรื่อยมา ท่านมีข้อเสนอแนะอะไรที่พอจะช่วยขจัดเรื่องเลวร้ายเหล่านี้ไหมคะ*

ท่านอาจารย์ มีหนทางเดียวเท่านั้น *เอกายะโน มัคโค* นั่นคือการเปลี่ยนแปลงในระดับตัวบุคคล หากท่านต้องการเปลี่ยนแปลงสังคม ก็ต้องเปลี่ยนแปลงที่คนแต่ละคน เพราะสังคมเกิดจากการรวมกันของคนหลายๆ คน แต่ละคนจึงมีความสำคัญที่สุด และเมื่อเราพูดถึงคน ก็ไม่ใช่อะไรอื่น หากแต่เป็นส่วนผสมของกายและจิต ซึ่งจิตก็มีความสำคัญที่สุด

ฉะนั้น เราจึงควรช่วยเหลือผู้คนให้เข้าใจว่า ในเมื่อจิตมีความสำคัญที่สุดแล้ว แต่ละคนก็จะต้องเปลี่ยนแปลงนิสัยเก่าๆ ของจิต เพื่อให้หลุดพ้นจากความทุกข์ อันเกิดจากการแบ่งแยกชั้นวรรณะ ลัทธินิกาย และหมู่เหล่าทั้งหลาย เราต้องชี้ให้พวกเขาเห็นว่าพวกเขากำลังสร้างความขุ่นมัวด้วยเรื่องที่เลวร้ายในสังคมเช่นนี้อย่างไร

เมื่อท่านได้เรียนรู้วิปัสสนาและสำรวจดูตัวเอง ก็จะเข้าใจว่า "ดูสิ ทันทีที่ฉันเกิดความรู้สึกเกลียดชัง ก็เท่ากับฉันกำลังทำร้ายตัวเองแล้ว ยังไม่ทันจะทำร้ายคนอื่น ฉันก็เริ่มเป็นทุกข์เสียแล้ว"

ไม่มีใครหรอกที่ชอบความทุกข์ แต่พวกเขาไม่รู้ว่าทุกครั้งที่มีความขุ่นมัวเกิดขึ้นในใจของพวกเขานั้น พวกเขากำลังทำร้ายตัวเองด้วย เหยื่อคนแรกก็คือผู้ที่สร้างความขุ่นมัวนั่นเอง ถ้าผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ได้ตระหนักในเรื่องนี้แล้ว พวกเขาก็เริ่มจะหลุดพ้นจากความทุกข์ แต่นั่นต้องใช้เวลา

อินเดียเป็นประเทศที่มีประชากรจำนวนมหาศาล พวกท่านจึงไม่ควรคาดหวังที่จะเปลี่ยนแปลงประเทศนี้ได้ทั้งหมดในเวลาเพียง 25-26 ปี แต่ข้าพเจ้าก็มีความหวังเป็นอย่างยิ่ง เพราะการเริ่มต้นได้เกิดขึ้นแล้ว ตลอด 2,000 ปีที่ผ่านมานั้น ธรรมะหรือกฎธรรมชาติอันมหัศจรรย์นี้ได้สูญสิ้นไปจากเรา

โชคยังดีที่ประเทศเพื่อนบ้านของเราได้รักษาธรรมะสืบต่อมาอย่างบริสุทธิ์รุ่นแล้วรุ่นเล่า แม้จะอยู่ในหมู่คนเพียงไม่กี่คนก็ตาม ตอนนี้เราจึงได้รับธรรมะที่บริสุทธิ์

ข้าพเจ้ามั่นใจว่า ผลที่เรากำลังเริ่มเห็นนี้จะส่งผลกระทบต่อสังคมด้วย ถ้าป่าทั้งป่าแห้งลง แล้วท่านต้องการจะเห็นมันกลับมาเขียวขจีอีกครั้ง ก็ต้องทำให้ต้นไม้แต่ละต้นเขียวชอุ่ม ด้วยการให้น้ำที่รากอย่างเพียงพอ เมื่อแต่ละต้นแข็งแรงขึ้นแล้ว ป่าทั้งป่าก็จะชุ่มชื่น ฉะนั้น ถ้าเราแต่ละคนมีความเข้มแข็ง สังคมก็ย่อมจะเข้มแข็งไปด้วย และวิปัสสนาก็กำลังทำหน้าที่นี้อยู่ ซึ่งอาจต้องใช้เวลา นั่นเป็นเรื่องที่ช่วยไม่ได้ แต่ผลกำลังเกิดขึ้นแล้ว และข้าพเจ้าก็มีความหวังอย่างยิ่งว่ามันจะเปลี่ยนแปลงสังคมได้

ถาม *เราได้ยินมาว่า ท่านกำลังเขียนหนังสือแนะนำเกี่ยวกับพระไตรปิฎกที่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งจะเป็นแรงบันดาลใจแก่ผู้ปฏิบัติ จึงอยากจะขอให้ท่านพูดถึงเรื่องนี้สักหน่อย และมันจะตีพิมพ์เมื่อไรครับ*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าทำงานนี้ ทั้งๆ ที่รู้ว่าตนเองมีความรู้ด้านภาษาบาลีอย่างจำกัด แต่เมื่อข้าพเจ้าได้อ่านพุทธพจน์ในภาษาของพระพุทธเจ้าแล้ว ก็เกิดแรงบันดาลใจเป็นอันมาก ก่อนที่ข้าพเจ้าจะได้พบกับวิปัสสนา ได้รู้จักคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น พูดได้ว่าข้าพเจ้าไม่รู้อะไรเกี่ยวกับพระพุทธเจ้าหรือคำสอนของพระองค์เลย เป็นที่น่าละอายว่าตอนที่เข้าปฏิบัติครั้งแรกนั้น ข้าพเจ้าไม่เคยอ่านธรรมบท ไม่มีความรู้เกี่ยวกับคำสอนของพระพุทธองค์เลย

ข้าพเจ้าจึงเข้าใจได้ว่า ถึงแม้ผู้คนส่วนใหญ่ในอินเดียจะมีความเคารพต่อพระพุทธเจ้า (บางคนอ้างว่าพระองค์เป็นอวตารของพระผู้เป็นเจ้า) แต่พวกเขาก็ไม่รู้อะไรเกี่ยวกับคำสอนของพระองค์เลย และเมื่อพวกเขาได้มาเข้าอบรมวิปัสสนาก็รู้สึกประหลาดใจและชื่นชมกับคำสอนอันมหัศจรรย์ จนอยากจะรู้เพิ่มขึ้น อย่างไรก็ตามสำหรับผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่ การจะเรียนรู้ภาษาบาลีเพื่ออ่านพุทธพจน์นั้นเป็นเรื่องที่ทำได้ยาก ดังนั้น ข้าพเจ้าจึงเพียงแต่ต้องการจะหยิบยกประเด็นสำคัญๆ ของคำสอนที่จะเป็นแรงบันดาลใจแก่ผู้ปฏิบัติ ข้าพเจ้าไม่ใช่นักเขียนมืออาชีพ แต่ก็พยายามเขียน ในเล่มแรกจะให้ข้อมูลมากที่สุดเท่าที่จะมากได้เกี่ยวกับพระพุทธเจ้า ซึ่งไม่ใช่เพียงแค่รูปลักษณ์ของพระวรกาย แต่เป็นธรรมกายหรือพระพุทธคุณยกตัวอย่าง เช่น *อิติปิโส ภะคะวา อะระหัง...* ข้าพเจ้าพยายามจะอธิบายความหมายถึงองค์คุณของผู้เป็นอรหันต์ และพระพุทธเจ้าทรงมีคุณสมบัตินี้อย่างไรบ้าง โดยจะใช้วิธีดังกล่าวอธิบายถึงองค์คุณแต่ละอย่างของพระพุทธเจ้า พร้อมกับเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ข้อมูลราย

ละเอียดเกี่ยวกับพระไตรปิฎกในหัวข้อต่างๆ

เล่มต่อมาก็จะเป็นเรื่องเกี่ยวกับพระธรรม เพื่ออธิบายว่าพระผู้มีพระภาคเจ้ามิใช่ผู้ที่ก่อตั้งศาสนาหรือลัทธินิกายใดๆ สิ่งที่พระองค์ทรงสอน คือกฎของธรรมชาติที่ได้ทรงค้นพบ ข้าพเจ้าอาจกล่าวได้ว่าพระองค์ทรงเป็นนักวิทยาศาสตร์ผู้ยิ่งใหญ่ ขณะที่นักวิทยาศาสตร์สมัยใหม่แสวงหาเพียงแค่สิ่งที่จะอำนวยสะดวกสบายให้แก่ตัวเรา แต่นักวิทยาศาสตร์ผู้ยิ่งใหญ่อย่างพระองค์นั้น ทรงแสวงหาทางที่จะขจัดทุกข์ทั้งหลายด้วยวิธีการที่เป็นวิทยาศาสตร์ ท่านจะเห็นว่าธรรมะไม่ใช่ศาสนาพุทธ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงไม่เคยสอนศาสนาพุทธ ทรงไม่มีความเกี่ยวข้องใดๆ กับศาสนาพุทธ ทรงสอนแต่ธรรมะ และทรงเรียกผู้ที่ปฏิบัติตามคำสอนของพระองค์ว่า *ธัมมิโก ธัมมัฏโฐ ธัมมิง ธัมมจารี ธัมมวิหารี* พระองค์ทรงไม่เคยใช้คำว่า *พุทธศาสนิก* หรือ *ศาสนาพุทธ* เลย ประเด็นนี้ ผู้ปฏิบัติต้องเข้าใจให้ชัดเจน นี่เป็นวัตถุประสงค์ของเล่มที่สอง

ส่วนเล่มที่สามจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับพระสงฆ์ โดยทั่วไปมักเข้าใจกันว่าผู้ที่นุ่งห่มจีวรก็คือพระสงฆ์ ใช่แล้ว นี่คือพระสงฆ์โดยรูปลักษณ์ภายนอก แต่เวลาที่พระพุทธเจ้ากล่าวถึงผู้ที่เป็นพระสงฆ์นั้น ทรงหมายความว่าบุคคลผู้นั้นได้บรรลุธรรมขั้นใดขั้นหนึ่งเป็นพระอริยะแล้ว เช่นนี้จึงจะเรียกว่าพระสงฆ์ ดังนั้น จึงมีผู้คนมากมายที่เป็นพระสงฆ์จากคำสอนของพระองค์ เรื่องนี้ควรเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้ปฏิบัติเห็นว่า "ฉันอาจจะมาจากประเพณีหรือความเชื่อแบบหนึ่ง แต่พอมาปฏิบัติธรรมแล้ว ฉันก็ได้เริ่มชำระจิตของตัวเองให้บริสุทธิ์ และจะบริสุทธิ์ขึ้นเรื่อยๆ ด้วยวิธีการที่เป็นวิทยาศาสตร์ ฉันกำลังอยู่บนหนทางที่จะนำไปสู่จุดหมายปลายทางของการชำระจิตให้บริสุทธิ์โดยสิ้นเชิง" เล่มที่สามนี้จะมีตัวอย่างของผู้ที่เป็นพระอริยสงฆ์ท่านต่างๆ

ข้าพเจ้ากำลังพยายามทำงานนี้อยู่ แต่ก็ไม่ทราบว่าจะทำได้เท่าใด และจะเสร็จเมื่อไร เพราะยังมีงานอื่นๆ อีกมากที่ต้องรับผิดชอบ จึงต้องใช้เวลา แต่ข้าพเจ้าก็จะพยายามอย่างเต็มที่

ถาม *ในการประชุมประจำปีแต่ละครั้ง ท่านจะพูดถึงหน้าที่และความรับผิดชอบของผู้ช่วยอาจารย์ ธรรมบริกร และคณะกรรมการ จึงอยากจะขอให้ท่านช่วยพูดถึงเรื่องนี้อีกสักครั้ง เพื่อที่ทุกฝ่ายจะได้ปฏิบัติหน้าที่ของตนอย่างถูกต้อง*

ท่านอาจารย์ ไม่ว่าบุคคลผู้นั้นจะเป็นธรรมบริกร หรือทำงานให้กับองค์กรในฐานะของกรรมการ หรือผู้สอนธรรมะ (อาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส ผู้ช่วยอาจารย์ หรือผู้ดำเนินการอบรมหลักสูตรเด็ก) ก็ไม่มีอะไรแตกต่างกัน เพราะเขากำลังทำหน้าที่รับใช้ผู้อื่น

จุดประสงค์หรือเป้าหมายทั้งหมดต้องอยู่ที่การรับใช้ผู้อื่นโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน เรื่องคาดหวังเงินทองยิ่งไม่ต้องพูดถึง เพราะเป็นสิ่งที่ขัดกับธรรมะโดยสิ้นเชิง ต้องไม่มีใครหากินกับธรรมะ มิฉะนั้นแล้วจะเป็นการลดค่าของธรรมะ ทำให้ธรรมะมัวหมอง และไม่เป็นธรรมะอีกต่อไป แม้แต่การคาดหวังชื่อเสียงหรือความเคารพนับถือจากผู้อื่นก็ห้ามเช่นกัน ท่านต้องรับใช้ธรรมะโดยไม่คาดหวังสิ่งใดจากใคร

ท่านย่อมได้มากมายอยู่แล้ว เมื่อเห็นผู้อื่นได้รับประโยชน์จากวิธีการปฏิบัตินี้ ผู้คนมาเข้าอบรมด้วยใบหน้าที่อมทุกข์และเศร้าหมอง แต่หลังจากนั้น 10 วัน ท่านก็ได้เห็นเขากลับออกไปด้วยใบหน้าที่ยิ้มแย้มแจ่มใส ทำให้ท่านรู้สึกมีความสุขอย่างยิ่งที่ได้รับใช้ธรรมะด้วยดี จนเขาได้รับประโยชน์ล้นเหลือ ต่อมาเมื่อท่านได้ทราบจากเขาว่า เขายังคงได้รับประโยชน์จากการก้าวเดินไปบนหนทางนี้ ท่านก็ยิ่งมีความสุข นี่เป็นรางวัลของท่าน ซึ่งเป็นรางวัลที่ดีมากๆ บารมีที่ท่านได้สั่งสมและผลบุญกุศลที่ท่านได้รับ จะเป็นประโยชน์แก่ท่าน จงอย่าคาดหวังสิ่งอื่นใดจากผู้ปฏิบัติในขณะที่ท่านกำลังรับใช้ธรรมะ

และในระหว่างรับใช้ธรรมะไม่ว่าจะในหน้าที่ใด ท่านควรทำด้วยความรู้สึกกตัญญูรู้คุณ อย่าคาดหวังว่าผู้อื่นจะซาบซึ้งในบุญคุณของท่าน แต่ตัวท่านเองต้องรู้จักกตัญญูรู้คุณ รวมทั้งให้ความเคารพนับถือและเลื่อมใสศรัทธาต่อองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ได้ทรงเผชิญกับความทุกข์ทรมานอย่างใหญ่หลวงเพื่อพวกเรา ทรงพากเพียรบำเพ็ญบารมีอย่างยิ่งยวดนับชาติไม่ถ้วน เพื่อค้นพบวิธีการปฏิบัติอันแสนวิเศษที่ได้สูญสิ้นไปจากมนุษยชาตินี้ ถ้าปราศจากการบำเพ็ญเพียรของพระองค์แล้ว เราจะได้รับธรรมะอย่างไร ฉะนั้น เราจึงควรสำนึกในบุญคุณของพระองค์ นอกจากนี้ ถ้าพระองค์ทรงตัดสินพระทัยไม่สั่งสอนผู้อื่นภายหลังจากที่ตรัสรู้แล้ว เราจะได้รับธรรมะได้อย่างไร แต่ด้วยพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ กลับทรงเผยแผ่วิธีการปฏิบัตินี้ตลอดพระชนม์ชีพของพระองค์ เราจึงควรที่จะสำนึกในบุญคุณของพระองค์เป็นอย่างยิ่ง

และหลังจากนั้นก็ได้มีการรักษาวิธีการปฏิบัตินี้สืบต่อกันมาอย่างบริสุทธิ์จากรุ่นสู่รุ่นจากครูถึงศิษย์ นับตั้งแต่พระพุทธองค์เรื่อยมาจนถึงท่านอาจารย์อูบาขิ่น เราจึงควรสำนึกในบุญคุณของท่านทั้งหลายที่ได้พิทักษ์รักษาวิธีการปฏิบัตินี้ไว้ และถึงแม้ว่าวิธีการปฏิบัตินี้จะได้เผยแผ่ออกไปยังประเทศอื่นๆ แต่ในที่สุดก็สูญสิ้นไปดังเช่นที่เกิดขึ้นในประเทศอินเดีย อย่างไรก็ตามมีประชาชนในประเทศพม่าจำนวนไม่มากนักที่ได้รักษาวิธีการปฏิบัตินี้ไว้ เราจึงควรสำนึกในบุญคุณของพวกเขา มิฉะนั้นแล้วเราก็คงจะไม่ได้รับธรรมะนี้

ความรู้สึกกตัญญูรู้คุณนี้เป็นคุณสมบัติสำคัญยิ่งที่จะบ่งชี้ว่าเรามีความก้าวหน้าในการปฏิบัติ จงรับใช้ธรรมะโดยไม่คาดหวังสิ่งใดตอบแทน พร้อมทั้งสำรวจดูว่าท่านมีความรู้สึกกตัญญูเพิ่มขึ้นหรือเปล่า

ในบรรดาพวกท่านทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นธรรมบริกร กรรมการ หรืออาจารย์ผู้สอน ต้องไม่มีอัตตา หรือความรู้สึกที่ว่า "ตอนนี้ฉันได้เป็นอาจารย์แล้ว" หรือ "โอ้ ฉันเป็นแค่ธรรมบริกรที่ต่ำต้อย" พวกท่านทั้งหลายกำลังรับใช้ธรรมะในหน้าที่ที่แตกต่างกันเท่านั้น เป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ทั้งหมดคือเพื่อรับใช้ผู้อื่นเท่านั้น

ฉะนั้น ท่านจึงควรมีความรู้สึกดีๆ ต่อกัน หากความรู้สึกที่ปรารถนาดีนี้ขาดหายไป ก็จะเป็นแบบอย่างที่ไม่ดี แสดงว่าท่านยังไม่เข้าใจธรรมะดีพอ ขอให้ระลึกอยู่เสมอว่า ไม่ว่าท่านจะทำงานธรรมะในหน้าที่ใด เป้าหมายอยู่ที่การรับใช้มวลมนุษย์ผู้ทุกข์ยากเท่านั้น

ถาม *ท่านจะจัดการอบรมเป็นพิเศษสำหรับเด็กที่พูดภาษาอังกฤษในอนาคตอันใกล้หรือเปล่าคะ*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าบอกไม่ได้ว่าจะสามารถจัดการอบรมนี้ด้วยตนเองได้หรือไม่ แต่ก็จะพยายาม เพราะมีความต้องการกันมาก เรามีวัตถุดิบในการสอนที่ใช้กับเด็กๆ ชาวอินเดียอยู่แล้ว และเราก็ควรจะมีวัตถุดิบที่เหมาะสมสำหรับเด็กที่พูดภาษาอังกฤษด้วย ในประเทศอินเดีย ทั้งผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาและไม่ได้ปฏิบัติต่างพากันส่งบุตรหลานของตนมาเข้าอบรม และพอใจกับผลลัพธ์ที่ได้ ในประเทศตะวันตกก็ควรจะเป็นเช่นนี้ด้วย ถึงแม้ข้าพเจ้าจะได้เคยบอกกับผู้ปฏิบัติชาวตะวันตกในตอนแรกว่า ผู้ที่จะเข้าอบรมในหลักสูตรเด็กควรเป็นลูกๆ ของผู้ปฏิบัติเท่านั้น มิฉะนั้นแล้วพ่อแม่ที่ไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนากับเรา อาจเข้าใจสิ่งที่เราสอนผิดไป

ถาม *ท่านมีโครงการที่จะจัดการอบรมหลักสูตรวิปัสสนาสำหรับวัยรุ่นโดยเฉพาะหรือคะ*

ท่านอาจารย์ ใช่แล้ว เรื่องนี้เป็นที่ต้องการกันมาก เราอยากจะเห็นคนรุ่นใหม่ๆ เติบโตขึ้นมาท่ามกลางธรรมะ ธรรมะเป็นสิ่งที่ดีสำหรับคนทุกคน ไม่ว่าเด็กหรือผู้ใหญ่ แต่ข้าพเจ้าต้องการมุ่งเน้นไปที่เยาวชนเป็นพิเศษ เพราะสามารถเป็นหลักประกันได้ว่าธรรมะจะเผยแผ่สืบต่อไปจากรุ่นสู่รุ่น ตอนที่ข้าพเจ้าเริ่มต้นใหม่ๆ นั้นเป็นเรื่องยาก เพราะมีหนุ่มสาวชาวอินเดียเพียงไม่กี่คนที่มาเข้าร่วม แต่ปัจจุบันพวกเขามาเข้าอบรมเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนมาก เราจึงควรจะจัดการอบรมที่มีธรรมบรรยายพิเศษสำหรับเยาวชนขึ้นด้วย

ถาม *มีผู้ปฏิบัติคนหนึ่งถามว่า "ผมมีปัญหากับการรู้สัมปชัญญะเวลาที่ไม่ได้นั่งปฏิบัติ จึงอยากจะขอให้ท่านอาจารย์ช่วยชี้แนะในเรื่อง*

นี้ด้วยครับ"

ท่านอาจารย์ ตามคำสอนของพระพุทธเจ้า เราต้องมีสติสัมปชัญญะ ระลึกรู้ถึงความเป็นอนิจจังหรือความไม่เที่ยงภายในร่างกายอย่างต่อเนื่อง ทั้งในขณะเดิน นั่ง รับประทานอาหาร ดื่มน้ำ ในทุกๆ อิริยาบถ ทุกๆ ท่วงท่าท่านต้องมีสติระลึกรู้อยู่ตลอดเวลา นั่นจะช่วยให้ท่านลงไปที่ส่วนลึกของจิตและขจัดกิเลสที่นอนเนื่องออกไปได้ แม้เมื่ออยู่บ้าน เวลาที่นั่งปฏิบัติเช้าเย็น ก็ต้องรู้สัมปชัญญะ แต่เวลาที่ต้องทำงานในชีวิตประจำวัน ท่านไม่จำเป็นต้องรู้สัมปชัญญะ เพราะในขณะนั้นท่านไม่ได้กำลังปฏิบัติวิปัสสนา หากท่านพยายามที่จะจดจ่ออยู่กับเวทนาและงานที่ทำไปพร้อมๆ กัน ก็จะไม่ประสบผลสำเร็จสักอย่าง

ถาม *ที่ธรรมคีรีได้สร้างเจดีย์เอาไว้อย่างงดงาม เจดีย์นี้เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาของเราอย่างไรบ้างคะ*

ท่านอาจารย์ การตกแต่งพระเจดีย์ก็เหมือนกับการตกแต่งหน้าเค้ก รสชาติของเนื้อเค้กต่างหากที่สำคัญ ไม่ใช่เพียงหน้าเค้ก ฉะนั้นเจดีย์จึงมีความสำคัญต่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนาที่ปฏิบัติอยู่ในห้องปฏิบัติเดี่ยว การตกแต่งเจดีย์เป็นสิ่งที่แสดงถึงความกตัญญู เมื่อครั้งที่ธรรมะได้เผยแผ่จากประเทศนี้ไปยังประเทศเพื่อนบ้านต่างๆ ผู้คนเหล่านั้นก็ได้รับเอาสถาปัตยกรรมของอินเดียไปด้วย เพื่อเป็นสิ่งเตือนใจให้ระลึกว่าธรรมะมาจากอินเดียดินแดนของพระพุทธเจ้า ด้วยเหตุนี้ พวกเขาจึงยังคงให้ความเคารพกตัญญูต่อประเทศอินเดียมาจนถึงทุกวันนี้ ตอนที่ธรรมะเผยแผ่เข้าไปยังประเทศพม่านั้น ได้มีการสร้างสถูปแรกเริ่มตามแบบสาญจิเหมือนเช่นที่ค้นพบใกล้ๆ ที่นี่ แม้ในเวลาต่อมาจะมีการพัฒนารูปแบบที่ต่างไปจากเดิมก็ตาม

เช่นเดียวกับในปัจจุบัน หลังจาก 20ศตวรรษผ่านไป ธรรมะก็ได้หวนคืนกลับมาจากประเทศพม่า ประชาชนที่นี่ควรจะเข้าใจถึงเรื่องนี้ และซาบซึ้งในบุญคุณของประเทศพม่า ดินแดนแห่งธรรมะอันแสนวิเศษ ที่สามารถรักษาวิธีการปฏิบัตินี้ให้สืบต่อมาได้อย่างบริสุทธิ์ ฉะนั้น รูปแบบของสถาปัตยกรรมทั้งหมดจึงเป็นสิ่งเตือนใจให้ผู้คนระลึกว่า วิธีการปฏิบัติวิปัสสนาที่พวกเขาได้รับนี้มาจากประเทศพม่า และนี่ก็เป็นเหตุผลที่จะทำให้เราได้รับประโยชน์จากเจดีย์

ถาม *แต่ท่านอาจารย์คะ เรื่องนี้อาจเป็นโทษก็ได้ คือเจดีย์นั้นสวยงามเหลือเกินจนอาจติดตาตรึงใจเราในขณะที่ปฏิบัติ*

ท่านอาจารย์ ที่มันสวยงามก็เพราะธรรมะนั้นสวยงาม มันเป็นสัญลักษณ์ของธรรมะ ถ้ามันเข้ามาอยู่ในใจของท่านขณะที่ปฏิบัติ ก็จะสอนให้ท่านเข้าใจถึงความหมายที่แฝงอยู่เบื้องหลังสัญลักษณ์นี้ นั่นคือ อนิจจัง อนิจจัง อนิจจัง ไม่เที่ยง ไม่เที่ยง ไม่เที่ยง

ถาม *เป็นไปได้หรือครับที่เราจะเล่นดนตรี เต้นรำ หรือสร้างสรรค์งานศิลปะ โดยปราศจากตัวตน เราสามารถจะแสดงตัวตนที่แท้จริงออกมาในงานศิลปะด้วยจิตที่สมดุลหรือครับ*

ท่านอาจารย์ จิตที่สมดุลเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง แต่กว่าที่ท่านจะไปถึงสภาวะที่หลุดพ้นจากอัตตาหรือความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนอย่างสิ้นเชิงนั้น ยังต้องใช้เวลาอีกนาน ผู้ที่ได้บรรลุธรรมถึงขั้นพระอนาคามีแล้วเท่านั้น จึงจะขจัดความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนส่วนใหญ่ออกไปจากส่วนลึกของจิตใจ และเมื่อถึงขั้นของพระอรหันต์ก็จะไม่มีความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนใดๆ หลงเหลืออยู่อีกเลย สำหรับผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาทั่วๆ ไป อย่างน้อยก็ต้องแน่ใจว่าเขาได้เริ่มต้นขัดเกลาอัตตาตัวเองอยู่ ศิลปินที่ปฏิบัติวิปัสสนาอย่างถูกต้อง จะเห็นความเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ในงานศิลปะของตน ไม่ว่าจะเป็นผลงานอะไร ผลงานนั้นก็จะมีความบริสุทธิ์ในแง่ที่ไม่ไปกระตุ้นราคะ ความโกรธ หรือความเกลียดในใจของผู้อื่น การปฏิบัติวิปัสสนาจะช่วยให้เขาเป็นศิลปินที่ดีขึ้น โดยใช้ศิลปะเป็นสื่อให้ผู้คนได้รู้สึกถึงความสุขสงบ เราต้องพิจารณาตัวเองว่าได้พัฒนาไปในทิศทางดีงามเช่นนี้หรือไม่

ถาม *แนวทางการปฏิบัติของเราเป็นธรรมะที่บริสุทธิ์เพียงแนวทางเดียวเท่านั้นหรือ*

ท่านอาจารย์ จงเข้าใจว่าธรรมะที่บริสุทธิ์นั้นคืออะไร ก็คือกฎของธรรมชาติ ความจริงของกายและจิต และปฏิกิริยาระหว่างกายและจิต กายและจิตมีอิทธิพลต่อกันและกันอย่างไร และเราจะรับรู้เรื่องนี้ได้อย่างไร ไม่ใช่เรื่องของการเล่นเกมประลองปัญญาที่ไร้ประโยชน์ พระพุทธองค์ทรงปรารถนาให้เรามีประสบการณ์ตรงกับธรรมะ

เมื่อท่านเริ่มประสบกับความจริงที่ส่วนลึกของจิต จะพบว่าทุกคนก็เป็นเช่นเดียวกัน ไม่ใช่แค่ในระดับพื้นผิว คือ *ปริตตจิต* หรือจิตสำนึก แต่ในระดับลึกปัญหานั้นนอนเนื่องอยู่ที่ส่วนลึกของจิต ซึ่งเป็นที่ที่ความเคยชินในการตอบโต้ได้เริ่มต้นขึ้น ในภาษาบาลีมีคำว่า *นุสย* ซึ่งแปลว่าความโน้มเอียง ที่ส่วนลึกของจิตซึ่งมีความโน้มเอียงที่จะตอบโต้ เป็นจุดเริ่มต้นของการสั่งสมอกุศล ยกตัวอย่างเช่น การมีปฏิกิริยาตอบโต้ด้วยความโกรธของเรา เกิดจากแรงกระตุ้นของความโน้มเอียงนี้ และหากเรายังคงมีปฏิกิริยาตอบโต้เช่นนี้ต่อไปนานๆ ซ้ำแล้วซ้ำเล่า ก็จะกลายเป็นความเคยชินที่จะตอบโต้ด้วยความโกรธอยู่ร่ำไป ราคะหรือกิเลสอื่นๆ ก็ทำนองเดียวกัน

ฉะนั้น ท่านจึงต้องเป็นผู้ที่รับผิดชอบต่อพฤติกรรมดังกล่าว ไม่ใช่เรื่องของอำนาจภายนอกที่บันดาลให้เป็นเช่นนั้น ท่านทำไปด้วยโมหะหรือความไม่รู้เท่าทัน บัดนี้วิปัสสนาจะช่วยให้ท่านเริ่มเข้าใจว่า "ดูสิ่งที่ฉันกำลัง

ทำอยู่นี่สิ ฉันกำลังทำร้ายตัวเอง ทำให้ตัวเองต้องตกเป็นทาสของนิสัยเก่าๆ" หากท่านเริ่มสังเกตกระบวนการที่เกิดขึ้นลึกลงไปภายในนี้ก็จะพบว่ามันหยุดไปเอง แล้วในที่สุดท่านก็จะไปถึงขั้นที่ไม่สะสมนิสัยใหม่ๆ ในการทำปฏิกิริยาตอบโต้ขึ้นอีก จะมีอะไรอื่นที่เป็นธรรมะที่บริสุทธิ์กว่านี้อีกเล่า

ถ้าท่านปฏิบัติอยู่เพียงแค่ในระดับพื้นผิวของจิต ด้วยการพยายามสร้างเกราะกำบังหรือหันเหความสนใจไปที่สิ่งอื่น เพื่อจะได้หลุดพ้นจากนิสัยเก่าๆ ที่ชอบตอบโต้นี้ ท่านอาจพบว่าจิตสงบลง แต่นั่นก็เป็นเพียงแค่ในระดับพื้นผิวของจิตเท่านั้น ลึกลงไปภายในยังคงมีความโน้มเอียงที่จะทำปฏิกิริยาตอบโต้อยู่ หากท่านไม่ลงไปถึงระดับนั้นแล้ว ท่านจะเปลี่ยนแปลงนิสัยเก่าๆ นี้ได้อย่างไร วิปัสสนาเป็นหนทางที่จะช่วยให้เราเข้าไปถึงในระดับนั้น และได้สังเกตความจริงอย่างที่มันเป็น ถ้าท่านเฝ้าสังเกตดูเฉยๆ มันก็จะเปลี่ยนแปลงไปเอง โดยที่ท่านไม่ต้องพยายามที่จะไปเปลี่ยนแปลงมัน วิธีนี้จะช่วยให้ท่านเป็นอิสระจากการถูกคุมขัง อิสระจากพันธนาการของตัวท่านเอง ด้วยเหตุนี้ธรรมะที่บริสุทธิ์จึงเป็นหนทางเดียวเท่านั้น *เอกายะโน มัคโค*

ถาม *ท่านมีอะไรที่อยากจะฝากถึงประเทศอินเดียและโลก ท่ามกลางสถานการณ์ที่เป็นอยู่ในปัจจุบันนี้บ้างไหมครับ*

ท่านอาจารย์ ขอให้ใช้ประโยชน์จากธรรมะอันแสนวิเศษ จงเข้าใจว่าธรรมะคืออะไร อย่าคิดว่าเป็นธรรมะของฮินดู ของพุทธ หรือของเชน ธรรมะไม่มีอะไรที่เกี่ยวข้องกับศาสนาเหล่านี้เลย ธรรมะไม่ใช่เรื่องของศาสนา หากแต่เป็นวิถีทางในการดำเนินชีวิตที่จะช่วยให้เราเข้าใจถึงกฎสากลของธรรมชาติ

ธรรมะเป็นเรื่องเกี่ยวกับการที่จิตและกายมีปฏิกิริยาต่อกันอย่างไร ทั้งในระดับของจิตสำนึกและจิตไร้สำนึก ความหลงหรือความไม่รู้ทำให้เราเฝ้าตอบโต้ไปในทางที่เพิ่มพูนทุกข์ให้กับตัวเองอย่างไร การเฝ้าสังเกตดังกล่าวจะช่วยให้ท่านตระหนักว่า กฎธรรมชาตินี้เกิดขึ้นกับทุกๆ คน หากท่านไม่ต้องการที่จะเผาผลาญตัวเอง ก็ต้องเอามือออกจากกองไฟ การตอบโต้อย่างไม่รู้เท่าทันก็คือการที่ท่านกำลังเผาผลาญทำร้ายตัวเอง ท่านต้องมีประสบการณ์กับมันโดยตรงลำพังแค่การพูดนั้นไม่มีประโยชน์อะไร ท่านจะต้องประจักษ์แจ้งด้วยตนเอง ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ควรจะได้ตระหนักในความจริงของธรรมะ รวมทั้งเข้าใจว่าธรรมะเป็นเรื่องของการปฏิบัติ ไม่ใช่การประลองปัญญา และสิ่งที่จะทำให้สามารถประจักษ์แจ้งในธรรมะได้ก็คือวิธีการปฏิบัติอันมหัศจรรย์นี้ที่จะนำพาท่านลงไปที่ส่วนลึกของจิต ในระดับที่จิตและกายมีปฏิกิริยาต่อกัน ที่ซึ่งท่านจะสามารถใช้ปัญญาที่รู้แจ้ง มานำพาท่านให้หลุดพ้นจาก

นิสัยเก่าๆ ที่ชอบตอบโต้ ซึ่งกำลังทำร้ายตัวท่านอยู่ และปัญญาที่รู้แจ้งนี้แหละที่จะชำระจิตของท่านให้บริสุทธิ์ขึ้นๆ ทำให้ท่านมีชีวิตที่สุขสงบและมีความสมานฉันท์

ถาม *เนื่องจากงานเผยแผ่วิปัสสนาของเราได้ขยายตัวออกไปอย่างกว้างขวาง และมีความสำคัญต่อมนุษยชาติ ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรที่จะทำให้การเผยแผ่วิปัสสนายังคงความบริสุทธิ์สืบต่อไปได้ในอนาคต แม้ภายหลังจากที่ท่านไม่อยู่แล้ว*

ท่านอาจารย์ ผู้ที่มีหน้าที่ในการเผยแผ่ธรรมะต้องเข้าใจว่า ความบริสุทธิ์ของวิธีการปฏิบัติเป็นส่วนสำคัญที่สุดที่จะทำให้ได้รับประโยชน์ที่แท้จริงจากธรรมะ ประเทศอินเดียได้สูญสิ้นวิธีการปฏิบัติอันมหัศจรรย์นี้ไปภายในระยะเวลาเพียง 500 ปีหลังพุทธกาล ด้วยเหตุผลหลายประการ แต่เหตุผลหลักๆ ก็คือ การนำเอาวิธีการปฏิบัตินี้ไปผสมปนเปกับพิธีกรรม ความเชื่อทางปรัชญาต่างๆ ฯลฯ หลังจากนั้นพิธีกรรมและความเชื่อเหล่านี้ก็กลับกลายเป็นสิ่งที่มีความสำคัญยิ่งกว่าตัววิปัสสนาเอง จนทำให้วิปัสสนาค่อยๆ สูญเสียประสิทธิผล ฉะนั้น เราจึงต้องระมัดระวังอย่างยิ่งที่จะไม่ให้เรื่องเช่นนี้เกิดขึ้นอีก เราได้สูญเสียวิปัสสนาไปถึง 2,000 ปีแล้ว และตอนนี้ก็ได้ฟื้นคืนกลับมาอีกครั้งในรูปแบบที่บริสุทธิ์ เราจึงควรช่วยกันรักษาความบริสุทธิ์นี้ไว้ เพื่อที่ธรรมะจะได้ให้ผลดีไปตราบนานเท่านาน เมื่อใดที่มีผู้เริ่มทำให้ธรรมะมัวหมอง พวกเขาก็จะเริ่มสูญเสียผลที่ดีไป ถึงเราจะมีประเพณี ความเชื่อ และภูมิหลังที่แตกต่างกัน แต่ก็จะต้องไม่เอาความเชื่อหรือประเพณีของตนเองเข้ามาปะปนกับวิธีการปฏิบัตินี้ หากเราตระหนักถึงความสำคัญของเรื่องนี้แล้ว ไม่ว่าข้าพเจ้าจะอยู่ที่นี่หรือไม่ วิธีการปฏิบัตินี้ก็จะยังคงช่วยเหลือผู้คนต่อไปได้อีกนานเท่านาน ❖



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย
20 มกราคม 2539

ถาม–ตอบ

ถาม *ธรรมะทำให้เราตื่นตัว พร้อมที่จะเผชิญกับความยากลำบาก และเพิ่มพลังให้กับเราในการต่อสู้กับความชั่วร้าย แล้วถูกหรือไม่ครับที่เวลาเราเจอปัญหา เราจะพูดว่าธรรมะจะช่วยเรา แล้วก็ไม่ทำอะไร พูดแค่ว่า "การครุ่นคิดถึงปัญหามีแต่จะบั่นทอนพลังของฉันเปล่าๆ ฉันควรจะแผ่เมตตาเฉยๆ"*

ท่านอาจารย์โกเอ็นก้า ไม่ใช่อย่างนั้น นี่แสดงว่าท่านยังไม่เข้าใจธรรมะดีพอ แม้แต่ในหลักสูตร 10 วันก็ได้อธิบายอย่างชัดเจนแล้วว่า ถ้ามีคนที่แข็งแรงรังแกคนที่อ่อนแอกว่า แล้วท่านเพียงแต่นั่งดูและพูดว่า "ฉันจะทำอะไรได้ เดี๋ยวกรรมก็สนองเจ้านั่นเองแหละ ส่วนเจ้าคนที่ถูกรังแกนั่นก็กำลังใช้กรรมของตัวอยู่" นี่เป็นเรื่องที่ผิด ธรรมะไม่ได้สอนอย่างนั้น

ท่านต้องทุ่มเทกำลังทั้งหมด ทั้งทางกายและวาจาที่จะหยุดยั้งคนๆ นี้ แต่ไม่ควรมีความมุ่งร้ายหรือความโกรธเกลียดใดๆ แฝงอยู่ ท่านต้องมีความรักความเมตตาต่อคนๆ นี้ แต่ถ้าเขาไม่เข้าใจคำพูดดีๆ ที่ท่านได้พยายามแล้ว ตอนนี้ท่านก็สามารถใช้มาตรการที่เด็ดขาดได้ แต่ต้องทำด้วยความรักความเมตตา ธรรมะไม่ได้สอนให้ท่านเป็นคนเฉื่อยชาเฉยเมย

อย่างไรก็ตาม ในสถานการณ์ที่เกินความสามารถจะช่วยได้ เช่น มีคนกำลังป่วยหนักใกล้ตาย อยู่ในความดูแลของแพทย์ ท่านจะทำอะไรได้ เพราะท่านไม่ใช่หมอ ก็จงนั่งปฏิบัติ แล้วแผ่เมตตาให้แก่เขา ถ้าท่านบอกว่า "ฉันเป็นนักปฏิบัติวิปัสสนา ฉันจะต้องรักษาคนๆ นี้" ก็เป็นความคิดที่ผิดอีก ฉะนั้นในสถานการณ์ที่ไม่เหลือบ่ากว่าแรงที่ท่านจะช่วยได้ ก็ต้องไม่นิ่งดูดาย อย่าปล่อยให้ใครกระทำผิด ถ้าท่านสามารถหยุดยั้งเขาได้

ถาม *ผู้ปฏิบัติจะสอนอานาปานสติให้กับคนอื่นได้หรือเปล่าคะ ถ้าหากในพื้นที่นั้นไม่มีผู้ช่วยอาจารย์หรือผู้ดำเนินการอบรมหลักสูตรเด็กเลย*

ท่านอาจารย์ เราเคยแจ้งให้ทราบแล้วว่าถ้าคนๆ นั้นเป็นครู ก็สามารถสอนลูกศิษย์ของเขาได้ และถ้าเป็นหมอ ก็สอนคนไข้ได้ แต่

ถ้าไม่ใช่ ก็ไม่ได้ เหตุผลข้อหนึ่งก็คือ ท่านไม่ควรจะเอาวิธีการปฏิบัตินี้ไปยัดเยียดให้แก่ผู้อื่น อีกเหตุผลคือ ถ้าท่านไม่รู้วิธีสอน ถึงแม้จะสอนเพียงแค่อานาปานะอย่างเดียว แต่ก็อาจทำให้เกิดการปฏิบัติวิปัสสนาขึ้นได้ ซึ่งจะไปขุดคุ้ยปมบางอย่างที่ฝังรากลึกให้ผุดโผล่ขึ้นมาบนพื้นผิว โดยที่ท่านไม่รู้ว่าจะจัดการกับมันอย่างไร เพราะฉะนั้นทางที่ดีควรจะหลีกเลี่ยงเสีย อย่าเสี่ยงดีกว่า

ถาม *มีนักวิปัสสนาที่จริงจังคนหนึ่งต้องการจะสมัครเป็นทหารในกองทัพ เขาควรจะทำอย่างนั้นไหมคะ*

ท่านอาจารย์ นั่นเป็นเรื่องที่คนๆ นั้นจะต้องตัดสินใจเอาเอง ถ้าเขารู้สึกว่า "ฉันควรจะไปเป็นทหาร เพราะต้องการปกป้องประเทศชาติ" ก็ไป เป็นสิทธิของเขา แต่ในส่วนของเราไม่สามารถบอกได้ว่า "ท่านควรหรือไม่ควรไปเป็นทหาร" เพราะไม่ใช่หน้าที่ของเรา แต่ละคนจะต้องตัดสินใจด้วยตัวเอง

ถาม *ระหว่างที่ปฏิบัติวิปัสสนา ถ้าได้พบกับจุดบอดหรือว่างเปล่า ก็จะรู้สึกผิดหวัง ถึงแม้จะรู้ว่าไม่ควรรู้สึกอย่างนั้นก็ตาม จะทำอย่างไรดีคะ*

ท่านอาจารย์ ขอให้รู้เถิดว่าท่านได้สั่งสมโลภะและโทสะเอาไว้ในตัวมากมาย เมื่อท่านรู้สึกผิดหวังหรือเบื่อ แสดงว่าท่านกำลังมีความอยากอย่างยิ่งที่จะให้จุดบอดนี้หายไป และท่านก็มีความขุ่นเคืองอย่างมากต่อจุดบอดหรือเวทนาที่ไม่น่าพอใจนี้ ท่านจึงต้องการที่จะขจัดมันออกไป ฉะนั้น ขอให้เข้าใจความจริงว่า "ฉันยังไม่เข้าใจวิปัสสนาเลย กลับไปเริ่มต้นใหม่กับอานาปานะที่เป็นพื้นฐานก่อนดีกว่า แล้วค่อยๆ ปฏิบัติไป"

ถาม *ถ้าการปฏิบัติบนเส้นทางสายนี้ช่วยให้สามารถบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้จริง อยากจะขอเรียนถามว่าท่านได้บรรลุถึงขั้นไหนแล้วครับ*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้ายังไม่ได้เป็นพระอรหันต์ และไม่สามารถพูดได้ว่าบรรลุถึงขั้นไหนแล้ว แค่คำพูดของข้าพเจ้าไม่มีความหมายหรอก เป็นเรื่องที่ท่านต้องพิจารณาเอง ถ้าพฤติกรรมในชีวิตของข้าพเจ้าด่างพร้อยนั่นแสดงว่าข้าพเจ้ายังไม่ไปถึงไหน แต่ถ้าท่านพบเห็นสิ่งที่ดีๆ ในตัวของข้าพเจ้า ก็แสดงว่าข้าพเจ้าได้ก้าวหน้าไปบนเส้นทางนี้

ถาม *ถ้าทุกๆ วันผมระลึกถึงเทพเจ้าที่เลื่อมใสศรัทธา แล้วทำเช่นนี้ในระหว่างที่เข้าปฏิบัติวิปัสสนาด้วย จะเกิดผลร้ายอะไรไหมครับ*

ท่านอาจารย์ เนื่องจากในระหว่างที่เข้ารับการอบรม สิ่งที่ท่านต้องให้ความสนใจจะแตกต่างกัน คือในช่วงที่ทำอานาปานะ ท่านต้องจดจ่ออยู่กับเฉพาะลมหายใจเท่านั้น ไม่ใช่สิ่งอื่น และในช่วงที่ทำวิปัสสนา ท่านก็ต้องจดจ่ออยู่แต่กับเวทนาหรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นที่ร่างกายเท่านั้น ฉะนั้น ในระหว่างการอบรม

ถ้าท่านพยายามนึกถึงภาพของเทพเจ้าที่นับถือไปด้วย ก็เท่ากับหันเหความสนใจไปที่สิ่งอื่น ไม่ได้ปฏิบัติอย่างถูกต้อง ท่านต้องเพ่งความสนใจทั้งหมดอยู่กับสิ่งที่ให้เฝ้าสังเกตตามคำสอนเท่านั้น เมื่อสิ้นสุดการอบรม ถ้าท่านยังมีความเคารพหรือเลื่อมใสศรัทธาในเทพเจ้าองค์ใดอยู่ ก็สามารถแบ่งปันบุญกุศลและแผ่เมตตาให้แก่เทพองค์นั้น แค่นั้นพอ

ถาม *ขอความกรุณาช่วยให้คำแนะนำแก่พวกเราด้วยว่า ควรจะตอบคำถามเหล่านี้สั้นๆ อย่างไรดี เวทนาคืออะไร*

ท่านอาจารย์ ความรู้สึกใดๆ ก็ตามที่เกิดขึ้นกับร่างกายของท่าน เราเรียกสิ่งนั้นว่าเวทนา

ถาม *ทำไมเราจึงมีเวทนา*

ท่านอาจารย์ ก็เพราะท่านมีชีวิต จิตและกาย (นามและรูป) นั้นทำงานร่วมกัน ถ้าไม่มีนามหรือจิต เราก็ไม่สามารถรู้สึกอะไร สิ่งที่ไม่มีชีวิตไม่สามารถรับรู้เวทนาได้ เสาต้นนี้จึงไม่สามารถรับรู้เวทนา สิ่งใดที่มีชีวิตก็ย่อมจะรับรู้เวทนาได้

ถาม *อุเบกขาคืออะไร*

ท่านอาจารย์ คือการที่ท่านไม่มีปฏิกิริยาปรุงแต่งตอบโต้ต่อเวทนาต่างๆ ที่เกิดขึ้น

ถาม *เวลาที่เราบอกว่าไม่ปรุงแต่งตอบโต้นั้นหมายความว่าอย่างไร*

ท่านอาจารย์ การไม่ไปยินดีชื่นชอบกับเวทนาที่สบายน่าพอใจ และไม่ไปหงุดหงิดขัดเคืองกับเวทนาที่ไม่สบายไม่น่าพอใจ นั่นแหละเรียกว่าไม่ตอบโต้

ถาม *การเลื่อนไหลอย่างอิสระเป็นอย่างไร*

ท่านอาจารย์ อันที่จริงแล้วไม่มีอะไรเลื่อนไหล มีแต่จิตของท่านเท่านั้นที่เคลื่อนไปตามส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างรวดเร็ว จากศีรษะไปถึงเท้า หรือจากเท้าขึ้นไปยังศีรษะ เพราะไม่มีตรงไหนติดขัด ไม่มีตรงไหนที่เป็นจุดบอด หรือมีเวทนาที่หยาบและแข็งทึบอยู่เลย มีแต่กระแสสั่นสะเทือนที่ละเอียดเหมือนกันหมด จิตของท่านเคลื่อนไปอย่างรวดเร็วง่ายดายจนรู้สึกราวกับเลื่อนไหล ความมุ่งหมายก็คือ ให้ท่านเข้าใจว่า ไม่ว่าความรู้สึกจะหยาบหรือละเอียด ท่านก็ต้องรักษาอุเบกขาเอาไว้ให้มั่น อย่าปรุงแต่งตอบโต้ด้วยความรู้สึกไม่ชอบกับเวทนาที่หยาบ และอย่าไปหลงชื่นชอบกับเวทนาที่เบาสบาย

ถาม *ผมทำงานในกองทัพ ถ้าหากประเทศของเราทำสงครามกับประเทศเพื่อนบ้าน ผมควรจะทำอย่างไรดีครับ*

ท่านอาจารย์ ในเมื่อท่านได้สมัครเข้าทำงานกับกองทัพเพื่อปกป้องประเทศชาติแล้ว ก็จงทำหน้าที่ของท่านไป เป็นธรรมดาที่ท่านจะทำทุกวิถีทางเพื่อปกป้องประเทศชาติ นั่นเป็นหน้าที่ แต่ถ้าท่านเป็นนักปฏิบัติวิปัสสนาด้วย ก็จะทำงานได้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ถาม *อดีตชาติหรือชีวิตหลังความตายมีจริงไหมครับ ถ้ามีจริง จะพิสูจน์ได้อย่างไร ท่านรู้เรื่องอดีตชาติของตัวท่านเองหรือเปล่าครับ*

ท่านอาจารย์ ไม่จำเป็นว่าท่านจะต้องเชื่อเรื่องอดีตชาติหรือชาติหน้าก่อน ท่านจึงจะได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติวิปัสสนา จงเชื่อในชีวิตนี้ สนใจแต่ความเป็นจริงในขณะนี้ นั่นคือ ท่านตายแล้วก็เกิดใหม่อยู่ทุกๆ ขณะตลอดเวลา ขอให้สังเกต รับรู้ และเข้าใจความจริงข้อนี้ รวมทั้งตระหนักอยู่เสมอๆ ว่าท่านมีปฏิกิริยาตอบโต้ต่อกระแสของความเปลี่ยนแปลงนี้อย่างไร และท่านได้ทำร้ายตัวเองอย่างไรจากการตอบโต้นี้ เมื่อท่านสามารถหลุดพ้นจากการตอบโต้ได้ ชีวิตในปัจจุบันก็จะดีขึ้นเรื่อยๆ และถ้าหากชาติหน้ามีจริง ท่านก็จะได้รับผลดีจากการกระทำในชาตินี้อย่างแน่นอน แต่ถ้าหากชาติหน้าไม่มีจริง ก็ไม่ต้องวิตกกังวลอะไร ท่านได้ทำดีที่สุดแล้วที่จะปรับปรุงแก้ไขปัจจุบันของตัวเอง อนาคตก็คือผลพวงของปัจจุบัน ถ้าปัจจุบันดี อนาคตก็ย่อมจะดีไปด้วย

ถาม *บางคนทำชั่ว แล้วต้องไปใช้กรรมในภพภูมิที่ต่ำกว่า แต่บางคนทำชั่วเหมือนๆ กันกลับได้รับผลกรรมทันที และสามารถชำระกรรมนั้นให้หมดไปในชาตินี้ ทำไมถึงต่างกันอย่างนั้นล่ะคะ*

ท่านอาจารย์ เพราะเขาเข้าใจว่าวิปัสสนาคืออะไร การปฏิบัติวิปัสสนาจะช่วยขุดคุ้ยให้ผลกรรมในอดีตปรากฏออกมาก่อนในรูปของเวทนา ถ้าเป็นกรรมชั่ว ก็จะมีเวทนาที่ไม่น่าพอใจอย่างยิ่งเกิดขึ้นที่ร่างกาย เช่น ถ้าท่านทำร้ายหรือทุบตีผู้อื่น ท่านกำลังสร้างความโกรธ ซึ่งในขณะนั้นเองจะมีความรู้สึกที่รุ่มร้อนแผดเผาตัวท่านอยู่ และเมื่อใดก็ตามที่ผลของเมล็ดพันธุ์แห่งความโกรธนี้ปรากฏขึ้น มันก็จะออกมาเป็นความรู้สึกที่รุ่มร้อนแผดเผาอย่างเดียวกัน ซึ่งถ้าท่านเรียนรู้วิธีการที่จะเฝ้าสังเกตดูมันไปเฉยๆ มันก็จะอ่อนกำลังลง และดับไป

สมมติว่าท่านถูกหนามตำ และรู้สึกเจ็บมาก ถ้าท่านต้องการจะบ่งหนามออก ก็ต้องใช้เข็มแทงเข้าไปให้ลึก ซึ่งก็จะทำให้เจ็บอีก เวทนาอะไรที่เกิดขึ้นในขณะที่ท่านกระทำกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง ท่านก็จะต้องเผชิญกับเวทนาชนิดเดียวกันในขณะที่รับผลกรรมนั้นๆ นักปฏิบัติวิปัสสนาที่ดีจะเฝ้าสังเกตเวทนาเหล่านี้ โดยไม่มีปฏิกิริยาตอบโต้ ไม่ไปเพิ่มพูนมัน แล้วมันก็จะดับไป ท่านก็จะเป็นอิสระในที่สุด แต่ถ้าท่านไม่ทำเช่นนี้ท่านก็จะได้รับผลของมันในภายหลัง

ถาม *ถึงแม้จะเป็นที่ยอมรับกันว่า การปฏิบัติวิปัสสนาให้ผลดีและเป็นประโยชน์ แต่ก็มีบางคนเห็นว่า นักวิปัสสนาสนใจแต่เรื่องของการปฏิบัติมากกว่าที่จะเข้าไปมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาของสังคมและประเทศชาติ จะไม่ดีกว่าหรือถ้าเราให้คำแนะนำและกระตุ้นให้พวกเขาเข้าไปมีส่วนร่วมในการรับใช้สังคม ไม่ว่าพวกเขาจะไปทำงานช่วยเหลือสังคมจริงๆ หรือไม่ ซึ่งก็ขึ้น*

อยู่กับความถนัดส่วนตัว แต่อย่างน้อยเราก็สามารถทำให้พวกเขาหันมาสนใจปัญหาของสังคมมากขึ้น

ท่านอาจารย์ วิธีการปฏิบัติวิปัสสนานั้นมุ่งพัฒนาที่ตัวบุคคล ซึ่งมีความสำคัญมากกว่าเพราะสังคมประกอบขึ้นด้วยบุคคล การปฏิบัติวิปัสสนาจะช่วยให้ทุกๆ คนเป็นคนที่ดีขึ้น และเมื่อเป็นคนดีขึ้นแล้ว เขาจะช่วยเหลือผู้อื่นให้ดีที่สุดได้อย่างไรนั้น ก็ขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของเขา ไม่ใช่หน้าที่ของเรา

อย่างไรก็ตาม สิ่งที่เกิดขึ้นก็คือ ผู้ปฏิบัติบางคนเริ่มเห็นว่า "วิธีการปฏิบัติที่สูญสิ้นไปจากประเทศนี้ถึง 2,000 ปี บัดนี้ได้กลับคืนมาแล้ว มันช่วยฉันได้มากมายเหลือเกิน ฉันอยากจะให้ผู้คนมากขึ้นๆ ได้รับประโยชน์อย่างนี้บ้าง นี่ก็เป็นการรับใช้สังคมทางหนึ่ง เพราะเมื่อมีคนที่เป็นคนดี มีศีลธรรมมากขึ้น สังคมก็จะดีขึ้นตามไปด้วย" ถ้าเขารู้สึกว่าอยากจะรับใช้สังคมในลักษณะนี้ ข้าพเจ้าก็จะไปห้ามอะไรเขาได้ เป็นเรื่องที่แต่ละคนต้องตัดสินใจเองว่า จะรับใช้ผู้อื่นให้ดีที่สุดได้อย่างไร

ถาม *วิปัสสนากับการสะกดจิตตัวเองต่างกันอย่างไร ให้ผลเหมือนกันไหมคะ*

ท่านอาจารย์ ไม่เหมือนกัน วิปัสสนาต้องการให้ท่านสังเกตความจริงที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ ไม่ใช่ตามที่คิดปรุงแต่งขึ้น การชักจูงหรือโน้มน้าวจิตเป็นเรื่องของการปรุงแต่งความคิดครอบจิตสำนึกเอาไว้ มันอาจให้ผลดี ช่วยให้ท่านได้รับประโยชน์ในระดับพื้นผิวของจิต แต่กิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในก้นบึ้งของจิตยังอยู่ ขณะที่วิปัสสนาสอนให้ท่านลงไปที่ส่วนลึกของจิต และชำระกิเลสเหล่านี้ออกไป ด้วยการเฝ้าสังเกตความจริงที่ปรากฏขึ้นในแต่ละขณะ โดยไม่มีการปรุงแต่งใดๆ ไม่มีจินตนาการ ไม่มีการสะกดจิต หรือสั่งตัวเอง เพราะที่ส่วนลึกของจิต วิธีการเหล่านี้จะขัดแย้งกับวิปัสสนาอย่างที่สุด ฉะนั้น ทั้งสองอย่างนี้จึงสวนทางกันโดยสิ้นเชิง

ถาม *ว่ากันว่าในพม่ามีจารึกใบลานมากมายที่สถาบันวิปัสสนาวิจัยอยากจะนำมาจัดพิมพ์ก่อนที่มันจะเสียหายและสูญไป ถ้าเป็นเรื่องจริง ท่านพอจะอธิบายถึงเนื้อหาในจารึกเหล่านี้ รวมทั้งความสำคัญและที่มาของมันได้ไหมครับ*

ท่านอาจารย์ ใบลานทั้งหมดนั้นจารึกเป็นภาษาบาลี จารึกใบลานส่วนหนึ่งมีการตีพิมพ์แล้ว ฉะนั้น เราจะไม่พูดถึงส่วนนั้น แต่ยังมีบางส่วนที่ไม่เคยตีพิมพ์เลย ซึ่งเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับธรรมะอย่างแน่นอน เพราะจารึกเป็นภาษาบาลี เราจึงอยากจะนำจารึกเหล่านี้มาตีพิมพ์ที่นี่ และใช้ในงานวิจัยของเรา เพื่ออนุรักษ์มรดกทางวัฒนธรรมที่ได้สูญสิ้นไปจากประเทศนี้ ทุกอย่างที่เป็นภาษาบาลีได้สูญสิ้นไปจากอินเดีย ฉะนั้น ถ้าที่ไหนมีหลงเหลืออยู่ ก็เป็นหน้าที่ของเราที่จะนำกลับมา

จัดพิมพ์ และใช้ให้เป็นประโยชน์กับวิปัสสนา

ถาม *ในพระวินัย พระพุทธเจ้าทรงติเตียนการปฏิญาณที่จะรักษาความเงียบโดยสิ้นเชิง แล้วทำไมเราจึงต้องพยายามรักษาความเงียบโดยสิ้นเชิงในระหว่างการอบรมวิปัสสนาด้วยล่ะครับ*

ท่านอาจารย์ ถ้าหากการปฏิญาณนี้เป็นเพียงแค่พิธีกรรม ก็เป็นอันตราย แต่ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนา หรือกำลังเรียนรู้วิธีการปฏิบัติวิปัสสนา ท่านจะเข้าใจคำสอนของพระองค์อย่างชัดเจนที่ให้รักษาความเงียบอันประเสริฐ หรือถ้าจะพูดคุย ก็ให้พูดคุยเฉพาะเรื่องธรรมะกับอาจารย์หรือผู้อาวุโส เวลานอกจากนั้น ท่านต้องรักษาความเงียบ แต่ถ้าการปฏิญาณกลายเป็นเพียงพิธีกรรม "ฉันขอปฏิญาณว่าจะรักษาความเงียบ ไม่พูดคุยกับใครเลย" แล้วท่านยังคงสื่อสารกับผู้อื่นด้วยการเขียน ส่งสัญญาณ ท่าทาง หรือส่งสายตา การปฏิญาณนั้นก็ไม่มีประโยชน์ ในระหว่างการอบรม ท่านได้รักษาความเงียบโดยปิดวาจา และลึกลงไปภายใน ท่านก็พยายามรักษาใจให้สงบเพื่อชำระกิเลสต่างๆ นี่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ท่านจึงไม่ได้ทำอะไรที่ขัดกับคำสอนของพระองค์

ถาม *ท่านอาจารย์อูบาขิ่นไม่เคยติดป้ายประกาศขอรับบริจาค แล้วเหตุใดเราจึงติดป้ายขอรับบริจาคด้วยล่ะครับ*

ท่านอาจารย์ ท่านอาจารย์อูบาขิ่นเคยติดป้ายประกาศแจ้งเกี่ยวกับโครงการต่างๆ โดยระบุเพียงแค่ว่า "นี่เป็นโครงการต่อไป ซึ่งจะต้องใช้งบประมาณจำนวนเท่านี้" ถ้าผู้ปฏิบัติต้องการจะบริจาค ก็บริจาค ถ้าไม่อยากบริจาค ก็ไม่เป็นไร ท่านไม่ได้บังคับว่า "ตอนนี้ฉันต้องการสิ่งนี้ เธอควรจะบริจาคเท่านี้" ดังนั้น เราจึงปฏิบัติตามวิธีเดียวกัน

ถาม *เราได้ยินมาว่า จะมีการสร้างเจดีย์ขนาดใหญ่ในประเทศอินเดีย จึงอยากจะขอทราบข้อมูลเรื่องนี้คร่าวๆ เช่น จะสร้างที่ไหน อย่างไร รูปแบบเป็นอย่างไร และมีวัตถุ-ประสงค์เพื่ออะไร ท่านพอจะบอกได้ไหมคะ*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าเองก็ยังไม่รู้ว่าจะสร้างเมื่อไร ที่ไหน หรือว่าจะสร้างหรือไม่ แต่เรื่องหนึ่งที่จะต้องเข้าใจให้ชัดเจนก็คือ ทุกอย่างที่เราทำ มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้คนได้รับทราบความจริงที่ถูกต้องเกี่ยวกับพระพุทธเจ้า พระธรรมคำสอนของพระองค์ และวิปัสสนา จะได้ไม่มีข้อสงสัยใดๆ ในพระธรรมคำสอน และเกิดแรงบันดาลใจที่จะมาเข้าปฏิบัติ ประโยชน์ที่พวกเขาได้รับไม่ใช่มาจากเจดีย์นี้ แต่มาจากการปฏิบัติวิปัสสนาที่พวกเขาจะมาเข้ารับการอบรม หลังจากที่ได้เข้าใจพุทธประวัติที่แท้จริงแล้ว ตลอดเวลา 2,000 ปีที่ผ่านมา มีความเข้าใจผิดเกิดขึ้นมากมายในประเทศนี้ ซึ่งจำเป็นที่จะต้องแก้ไข ข้อมูลที่แท้จริงทั้งหมดเกี่ยวกับพระธรรมคำสอน พุทธประวัติ รวมทั้งประโยชน์ที่คนทั้งหลาย

จะได้รับจากพระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์จะรวมอยู่ที่นี่ ถ้าเป็นไปได้ ถ้ามีการสร้างเจดีย์ขึ้นมาจริงๆ (ปัจจุบันสร้างเสร็จแล้วคือพระมหาเจดีย์ที่เมืองมุมไบ-กองบ.ก.)

ถาม *ท่านมีนโยบายอย่างไร ในเรื่องที่ผู้ช่วยอาจารย์หรือผู้ปฏิบัติวิปัสสนาเขียนหนังสือเกี่ยวกับวิปัสสนาหรือธรรมะ*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าไม่สนับสนุนให้ทำเช่นนั้น เป็นที่น่าเสียดายที่ข้าพเจ้าพบว่างานแปลพระพุทธพจน์ของบรรดาปราชญ์ที่ได้ชื่อว่าทรงความรู้นั้น แตกต่างไปจากสิ่งที่พระพุทธองค์ทรงต้องการจะบอกกล่าวจริงๆ เรารู้ว่ามันไม่ใช่ ก็เพราะเราปฏิบัติ เราคงไม่สามารถคาดหวังได้ว่า ผู้ที่ยังไม่รู้เรื่องวิธีการปฏิบัติอย่างถูกต้อง จะเข้าใจในทฤษฎีได้ชัดเจน อาจจะมีคนเขียนอะไรที่ผิดไปจากสิ่งที่เราสอนกันที่นี่ ซึ่งถ้าหากเราไม่ออกมาโต้แย้งแล้ว อีก 100 ปี 200 ปี หรือ 500 ปีข้างหน้า ผู้คนอาจคิดว่า "ท่านอาจารย์ยอมรับงานเขียนชิ้นนี้ ลูกศิษย์หรือผู้ช่วยอาจารย์ของท่านเป็นคนเขียน ในขณะที่ท่านยังมีชีวิต ฉะนั้น ต้องเป็นงานที่ถูกต้องแน่ๆ" แล้วผู้คนก็จะเข้าใจผิดกันไปใหญ่

ข้าพเจ้าไม่มีเวลาที่จะมาคอยตรวจสอบบทความหรือหนังสือต่างๆ ที่ผู้ปฏิบัติเขียน เคยมีผู้ปฏิบัติคนหนึ่งเขียนเรื่องเกี่ยวกับชีวประวัติของข้าพเจ้า แล้วคนในครอบครัวของข้าพเจ้าได้นำหนังสือเล่มนั้นมาชี้ให้เห็นว่า "ดูซิ หน้านี้ก็ผิด อีกหน้าก็ผิด" ข้าพเจ้าจึงบอกไปว่า "เอาล่ะ ถ้าอย่างนั้นช่วยทำเครื่องหมายไว้ให้หน่อย แล้วทิ้งหนังสือไว้เดี๋ยวจะดูเอง" นั่นเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อ 4-5 ปีมาแล้ว แต่ข้าพเจ้าก็ยังไม่มีเวลาที่จะดูเนื้อความใน 2 หน้านั้นเลย ฉะนั้น ขอให้เข้าใจเถิดว่า ถ้ามีคนเขียนอะไรผิดๆ อยู่ในหนังสือ แล้วข้าพเจ้าไม่ได้ออกมาโต้แย้ง ก็จะกลายเป็นที่เข้าใจกันว่า ข้าพเจ้ารับรองว่าถูกต้อง

อย่ากระตือรือร้นที่จะเขียนหนังสือธรรมะมากนัก ขอให้ตั้งใจปฏิบัติจนเข้าใจถ่องแท้แล้ว จึงสอนผู้อื่น และเมื่อท่านได้ศึกษาปริยัติจนรอบรู้ แล้วจึงค่อยเขียน หรือไม่ก็รอให้ข้าพเจ้าตายไปเสียก่อน แล้วท่านจะเขียนอะไรก็ได้

ถาม *เวลาที่ปฏิบัติประจำวันนั้น ใน 1 ชั่วโมง ผมใช้เวลาอย่างน้อย 30 นาทีทำอานาปานะจะได้ไหมครับ*

ท่านอาจารย์ ไม่เป็นไร อานาปานะเป็นเพียงเครื่องมือที่จะช่วยให้ท่านปฏิบัติวิปัสสนาได้อย่างถูกต้อง เมื่อใดก็ตามที่ท่านรู้สึกฟุ้งซ่าน ก็ให้ทำอานาปานะ อาจจะ 30-40 นาที หรือจะทั้งชั่วโมงเลยก็ได้ แล้วการนั่งปฏิบัติครั้งต่อไปก็จะดีขึ้น อานาปานะนั้นช่วยให้จิตตั้งมั่น สงบ และแหลมคม จนสามารถรับรู้เวทนาต่างๆ ได้ชัดเจน

ถาม *ในชีวิตประจำวัน ทุกอย่างล้วนอยู่*

ภายใต้กฎธรรมชาติ ไม่มีใครหนีพ้นได้ ธรรมะเป็นกฎที่จริงแท้แน่นอน แล้วไฉนธรรมะจึงสอนให้เรายกโทษให้กับผู้ที่ทำผิดล่ะคะ

ท่านอาจารย์ ที่ควรจะยกโทษให้กับผู้ที่ทำผิด ก็เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง ถ้ามีใครมาทำร้ายหรือเบียดเบียนท่าน แล้วท่านรู้สึกอาฆาตแค้นคนๆ นั้น ก็เท่ากับท่านกำลังทำร้ายตัวเอง ฉะนั้น ท่านจึงควรจะให้อภัยและลืมมันไปเสีย เพื่อจะได้ไม่ต้องทำร้ายตัวเอง นี่เป็นประโยชน์ของท่านเอง ถ้าคนๆ นั้นเกิดสำนึกได้ว่า "ฉันทำผิดพลาดไปแล้ว จะต้องไม่ทำอีก" และมุ่งมั่นปฏิบัติวิปัสสนา เขาก็จะหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ ที่ท่านให้อภัยเขาก็เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง เพราะมันจะช่วยให้ท่านหลุดพ้นจากความรู้สึกอาฆาตแค้น

ถาม *ผมเป็นคนที่ชอบคิดเหม่อลอย ขี้หลงขี้ลืม เก็บตัว พูดน้อย ไม่ค่อยอยากจะทำงาน มักจะทำงานล่าช้าเสมอ นี่ใช่อนัตตาหรือเปล่าครับ ถ้าใช่ ทำไมการนิ่งเงียบจึงทำให้ผมเหินห่างจากครอบครัว*

ท่านอาจารย์ ก็เพราะท่านยังไม่เข้าใจวิปัสสนาอย่างถูกต้อง ท่านยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง จึงรู้สึกแปลกแยกจากครอบครัวและเพื่อนฝูง และไม่รู้ว่าจะทำตัวอย่างไร ถ้าท่านเข้าใจวิปัสสนาถูกต้อง เมื่อใดก็ตามที่ท่านรู้สึกซึมเศร้า ซึ่งแสดงว่าท่านได้สั่งสมปมนี้มาแต่อดีต และมันกำลังผุดโผล่ขึ้นมา ก็ขอให้ยอมรับความจริงว่า ขณะนี้จิตของท่านเต็มไปด้วยความรู้สึกซึมเศร้า นี่คือความจริง ไม่ต้องไปหาสาเหตุว่าซึมเศร้าเพราะอย่างนั้นอย่างนี้ ความจริงก็คือ "ตอนนี้ในใจฉันมีแต่ความรู้สึกซึมเศร้า เอาล่ะ ฉันจะดูสิว่ามีเวทนาอะไรเกิดขึ้นบ้าง"

เวทนาอะไรก็ตามที่เกิดขึ้น ณ ส่วนใดของร่างกายขณะนั้น เกี่ยวพันกับความรู้สึกซึมเศร้าของท่าน เมื่อท่านเริ่มสังเกตดูมัน ขอให้ยอมรับความจริงว่า มีความซึมเศร้าเกิดขึ้น มีเวทนาเกิดขึ้น และเฝ้าสังเกตดูเวทนานั้นด้วยความเข้าใจในอนิจจัง ถ้าท่านปฏิบัติได้เช่นนี้ ก็จะเห็นว่า "เวทนานี้เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ดังนั้น ความซึมเศร้านี้เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปเช่นกัน ฉันจะคอยดูสิว่ามันคงอยู่ไปได้นานสักเท่าไรกัน" หากท่านมีอุเบกขา ก็จะสามารถขจัดความซึมเศร้านี้ออกไปได้ แล้วท่านก็จะเริ่มหลุดพ้นจากความซึมเศร้าที่ครอบงำจิตใจ นี่เป็นวิธีที่ท่านจะใช้ประโยชน์จากสถานการณ์เช่นนี้

ถาม *ดูเหมือนว่าผู้ปฏิบัติวิปัสสนาส่วนใหญ่จะเข้าใจวิธีการปฏิบัติ หลายๆ คนถึงกับสามารถรับรู้ความรู้สึกเลื่อนไหลอย่างอิสระไปได้ทั่วร่างกาย และก็เข้าปฏิบัติมาหลายครั้งแล้ว แต่พฤติกรรมกลับสะท้อนให้เห็นว่ายังขาดปัญญา พวกเขาจำเป็นต้องได้ฟังธรรมบรรยายมากขึ้น เพื่อจะได้ก้าวหน้า*

ไปกว่านี้หรือเปล่า

ท่านอาจารย์ ไม่จำเป็น คนเหล่านี้อาจจะได้เข้าปฏิบัติมาแล้วถึง ๑๐๐ ครั้ง แต่ก็ไม่ได้ช่วยอะไร เพราะจริงๆ แล้ว เขาไม่เข้าใจวิธีการปฏิบัติเลย วิธีนี้ไม่ได้สอนให้ท่านรู้สึกตื่นเต้นยินดี เมื่อได้พบกับเวทนาที่น่าพอใจ หรือรู้สึกหดหู่ เมื่อได้พบกับเวทนาที่ไม่น่าพอใจ ถ้ายังไม่มีความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นกับคนเหล่านี้แล้ว ก็แสดงว่าพวกเขามัวแต่เล่นเกมกับเวทนา นั่นคือ เมื่อได้พบกับเวทนาที่สบาย ก็รู้สึกตื่นเต้นดีใจ เมื่อได้พบกับเวทนาที่ไม่สบาย ก็สลดหดหู่ ซึ่งเขาจะไม่ได้รับประโยชน์ใดๆ จากการปฏิบัติเลย ฉะนั้นขอให้ทำความเข้าใจกับวิธีการปฏิบัติให้ถูกต้อง ไม่ว่าจะมีเวทนาที่น่าพอใจหรือไม่น่าพอใจ ท่านต้องเข้าใจว่า "ทุกสิ่งที่ฉันกำลังเผชิญอยู่นี้ล้วนไม่เที่ยง เป็นอนิจจัง ไม่มีประโยชน์ที่จะมามัวตอบโต้กับสิ่งที่เปลี่ยน-แปลงไปตลอดเวลา" การที่ท่านเฝ้าสังเกตดูด้วยจิตที่เป็นอุเบกขา ก็เท่ากับว่าท่านได้ปฏิบัติอย่างถูกต้อง แล้วความเปลี่ยนแปลงก็จะเริ่มเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของท่าน

ถาม *ผู้คนมากมายในอินเดียมีชีวิตอยู่อย่างยากจนข้นแค้น ที่พวกเขาต้องเป็นเช่นนี้ก็เพราะเวรกรรมที่ทำไว้แต่ชาติก่อนหรือคะ*

ท่านอาจารย์ ถ้าท่านเชื่อเรื่องกฎธรรมชาติที่ว่า หว่านพืชเช่นไร ย่อมได้ผลเช่นนั้นแล้ว พวกเขาก็เป็นอย่างนั้น คนที่ตกทุกข์ได้ยากต้องเคยสร้างเวรสร้างกรรมมาก่อน แต่ท่านไม่ควรรู้สึกว่า "ฉันไม่มีทางที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์นี้ได้ เมื่อก่อนฉันคงทำบาปเอาไว้มากมาย ชะตาชีวิตก็เลยเป็นอย่างนี้" กรรมเก่าทั้งหลายในอดีตที่ท่านได้เคยทำไว้นั้นจบสิ้นไปแล้ว กรรมในปัจจุบันของท่านต่างหากที่มีความสำคัญและมีพลังอย่างมาก ถ้าท่านเป็นนักวิปัสสนา ก็จงมีความเชื่อมั่น เพราะแม้แต่บุคคลเช่นพระองคุลีมาล ซึ่งได้ฆ่าคนมาแล้วถึง ๙๙๙ คนในชีวิตนี้ (และเราก็ไม่รู้ว่าท่านได้ทำกรรมอะไรมาบ้างในอดีต) ก็ยังสามารถชำระกรรมเก่าได้ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนา แล้วทำไมจะต้องไปมองโลกในแง่ร้ายเล่า ขอให้มองโลกในแง่ดี ท่านยังมีวิธีการปฏิบัติอันวิเศษนี้ ที่จะช่วยให้สามารถหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้

ถาม *ผู้ช่วยอาจารย์จะจัดงานวันเกิดตัวเองที่ศูนย์ปฏิบัติ และขอให้คนอื่นมาเข้าปฏิบัติรวมทั้งบริจาคเงินแก่ศูนย์ฯ เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในวันนั้นได้หรือไม่ครับ*

ท่านอาจารย์ ไม่ว่าจะเป็นผู้ช่วยอาจารย์หรือไม่ ผู้ปฏิบัติก็สามารถมาที่ศูนย์เพื่อปฏิบัติวิปัสสนาในวันเกิดของเขาได้ หรือจะปฏิบัติอยู่ที่บ้านก็ได้ นี่เป็นวิธีฉลองวันเกิดที่ดีที่สุด แต่ไม่ใช่เรื่องเหมาะสมนักที่ท่านจะขอให้ผู้อื่นมาปฏิบัติวิปัสสนาเพื่อวันเกิดของท่าน ซึ่งเขาอาจจะมาหรือไม่มาก็ได้ ถึงท่านจะเป็นผู้ช่วยอาจารย์ ก็ไม่ได้หมายความว่า

ท่านจะสามารถขอให้ศิษย์ทั้งหมดของท่านมาปฏิบัติได้ ท่านต้องปฏิบัติเอง และจะบริจาคอะไรก็ได้ตามความต้องการของท่าน ไม่มีข้อห้าม

ถาม *ในขณะที่เดินหรือนอน แค่รู้ลมหายใจเข้าออก ไม่ได้จดจ่อกับบริเวณที่ลมหายใจสัมผัสจะได้ไหมคะ*

ท่านอาจารย์ ถ้าท่านรู้สึกถึงสัมผัสของลมหายใจไปด้วย ก็จะดี แต่จะรู้ลมหายใจเข้าออกอย่างเดียวก็ได้ การมีสติเช่นนี้จะช่วยให้ท่านอยู่กับสัจธรรมหรือความเป็นจริง

ถาม *เราจะสามารถตัดสินใจได้เมื่อไรคะว่า เราควรจะเข้าสู่นิพพานเลยหรือควรรอพบพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก่อน*

ท่านอาจารย์ ก็ถ้านิพพานได้เลย ทำไมจะต้องรอพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยล่ะ ท่านเพียงแต่ทำหน้าที่ของท่านไป ส่วนผลนั้นปล่อยให้เป็นเรื่องของธรรมะ อย่างที่ข้าพเจ้าได้เคยพูดอยู่เสมอๆ ในหลักสูตรระยะยาวว่า *"กาลัง อาคะเมยยะ"* ปล่อยเวลาให้สุกงอม เมื่อถึงเวลาอันควร ท่านก็จะได้เข้าถึงสภาวะนิพพานเอง ขอให้ตั้งใจปฏิบัติหน้าที่ของท่านไป ด้วยการเฝ้าสังเกตเวทนา และรักษาจิตให้เป็นอุเบกขา แล้วท่านก็จะเข้าไปใกล้นิพพานมากขึ้นทุกขณะ

ขอให้พวกท่านทั้งหลายจงเข้าถึงนิพพานในชาตินี้ จงตั้งใจปฏิบัติโดยไม่คิดถึงผล ปล่อยให้ผลเป็นเรื่องของธรรมะ ขอให้ท่านทั้งหลายจงมีความสุข มีความสงบ และหลุดพ้นเถิด

ถาม *ถ้ามีการสร้างเจดีย์ที่ศูนย์ฯ ควรจะมีรูปแบบที่เป็นมาตรฐาน หรือจะใช้รูปแบบอื่น เช่น เหมือนกับวัด หรือสุเหร่าก็ได้ครับ*

ท่านอาจารย์ จะเหมือนวัดหรือสุเหร่าก็ได้ไม่ผิดตรงไหน แต่รูปแบบของสถาปัตยกรรมควรจะมีความหมาย และในนั้นควรมีห้องปฏิบัติเดี่ยวสำหรับให้ศิษย์นั่งปฏิบัติด้วย ที่เราสร้างเจดีย์ในรูปแบบเดียวกับพม่า ก็เพื่อย้ำเตือนให้ระลึกว่า วิธีการปฏิบัติอันวิเศษนี้ได้หายสาบสูญไปจากประเทศอินเดีย แต่ประเทศพม่าสามารถเก็บรักษาเอาไว้ได้ เราจะได้ระลึกถึงพระคุณของประเทศพม่าทุกครั้งที่เห็นเจดีย์นี้ เมื่อครั้งที่วิปัสสนาได้เผยแผ่เข้าสู่ประเทศพม่า ก็ได้มีการนำเอารูปแบบสถาปัตยกรรมของอินเดียเข้าไปด้วย โดยชาวพม่าได้สร้างเจดีย์ในรูปแบบเดียวกับที่สาญจิ และต่อมาก็ได้ตกแต่งประดับประดาเพิ่มเติม รูปแบบของเจดีย์นี้เองที่ย้ำเตือนให้ชาวพม่าระลึกว่า พวกเขาได้รับธรรมะมาจากประเทศอินเดีย และเป็นหนี้บุญคุณประเทศนี้อย่างล้นเหลือ

ถาม *อาจารย์ในหลายๆ หลักสูตรประพฤติตนเหมือนเป็นผู้คุม ไม่ได้ประพฤติตนดังมารดาเหมือนเช่นท่านอาจารย์เลยค่ะ*

ท่านอาจารย์ คงต้องให้เวลาพวกเขาบ้าง แล้วพวกเขาก็จะประพฤติตนเหมือนมารดา

ดังเช่นข้าพเจ้า แต่ตอนนี้พวกเขากำลังเรียนรู้ที่จะเป็นแม่ ส่วนตัวท่านเองก็กำลังเรียนรู้ที่จะฝึกปฏิบัติวิปัสสนา ข้าพเจ้าได้รับคำชมเชยเรื่องผู้ช่วยอาจารย์มากมาย มีคนมารายงานว่า "ผมได้รับประสบการณ์ที่ดีจากอาจารย์ท่านนี้ ท่านมีเมตตากรุณามาก สามารถให้คำอธิบายได้อย่างกระจ่างแจ้ง" เมื่อได้ยินเช่นนี้ ข้าพเจ้าก็ดีใจ แต่ก็เป็นไปได้ว่าอาจมีอาจารย์บางท่านที่ยังทำหน้าที่ได้ไม่สมบูรณ์ อย่าไปใส่ใจกับเรื่องนี้เลย ขอให้เข้าใจว่า อาจารย์เหล่านี้ก็กำลังฝึกฝนตนเองอยู่เช่นเดียวกับท่าน พวกเขากำลังฝึกที่จะสอน ส่วนท่านก็กำลังฝึกที่จะเรียนรู้วิธีการปฏิบัติ จงทำหน้าที่ของท่าน เรียนรู้วิธีการปฏิบัติไปเถิด ❖



คำกล่าวปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

21 มกราคม 2539

ธรรมะเป็นของทุกคน

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งหลาย

นับเป็นอีกครั้งที่พวกเราได้มาประชุมประจำปีร่วมกัน ตอนนี้งานเผยแผ่ธรรมะกำลังขยายไปทั่วโลก มีผู้รับใช้ธรรมะ อาจารย์ และศูนย์ฯ เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จึงเป็นธรรมดาที่จะมีผู้เข้าประชุมเพิ่มขึ้นตามไปด้วย ซึ่งก็เป็นนิมิตหมายที่ดี แต่เมื่อมีผู้รับใช้ธรรมะเพิ่มขึ้น เราก็ยิ่งต้องระมัดระวังที่จะรักษาความบริสุทธิ์ของการรับใช้ธรรมะไว้ ถ้าคนทั้งหลายเข้ามารับใช้ธรรมะ โดยไม่เข้าใจว่าเขามารับใช้ทำไม หรือมารับใช้อะไรอยู่ เขาก็อาจจะทำร้ายธรรมะและตนเองได้

ท่านต้องสำรวจตัวเองว่า "ทำไมฉันจึงมารับใช้ ทำไมฉันจึงทุ่มเทเวลามากมายให้กับการรับใช้นี้ ฉันมาเพื่อชื่อเสียงและตำแหน่งหรือเปล่า วันนี้ฉันอาจเป็นแค่ธรรมบริกรธรรมดาๆ แต่หลังจากที่อาจารย์เห็นฉันทำงานแล้ว ก็อาจตั้งฉันเป็นกรรมการ จากนั้นก็เป็นครูสอนหลักสูตรเด็ก ผู้ช่วยอาจารย์ และอาจารย์ในที่สุด การได้เป็นอาจารย์เต็มขั้นคือสิ่งที่ฉันปรารถนา ! ฉันจะได้มีอำนาจสิทธิขาด ได้เป็นผู้ดูแลพื้นที่"

ท่านหลงผิดไปแล้ว ท่านไม่เข้าใจธรรมะเลย ท่านควรจะปฏิบัติให้มากขึ้นและรอไปอีกสักพัก อย่าเพิ่งมารับใช้ธรรมะ ตราบใดที่ท่านยังมี *"อัตตา"* อยู่ ท่านก็ไม่ได้มาเพื่อรับใช้ผู้อื่น แต่มาเพื่อตัวเอง ไม่มีอนัตตา มีแต่อัตตา ในเมื่อท่านยังไม่อาจพัฒนาธรรมะของตัวเองได้ แล้วท่านจะไปช่วยพัฒนาธรรมะให้แก่ผู้อื่นได้อย่างไรกัน จงหมั่นตรวจสอบตัวเองเสมอๆ

การรับใช้ธรรมะนั้นเป็นไปเพื่อ *พหุชะนะ หิตายะ พหุชะนะ สุขายะ* คือเพื่อความสุขความเจริญของชนหมู่มาก ซึ่งท่านก็จะได้รับอานิสงส์ตามกฎของธรรมชาติ ในขณะที่มารับใช้ธรรมะเท่ากับท่านได้กำลังพัฒนาบารมีของท่านไปด้วย ซึ่งก็จะช่วยให้ท่านไปถึงจุดหมายปลายทางได้โดยง่าย

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า มีบุคคลสองจำพวกที่หาได้ยากยิ่งในโลกนี้ บุคคลสองจำพวกนี้มีใครบ้าง พวกแรกคือ *บุพการี* ซึ่งหมายถึงผู้ริเริ่มในการรับใช้ผู้อื่น เป็นผู้เริ่มต้นก้าวแรก หากท่านเริ่มต้นก้าวแรกด้วยความคิดที่ว่า "ฉันจะได้อะไรบ้าง" แล้วค่อยรับใช้ ก็ไม่ถือเป็นบุพการี ท่านต้องคิดถึงการรับใช้เป็นเบื้องแรก ไม่สนใจว่าตัวเองจะได้อะไรบ้าง จงอย่าคาดหวังสิ่งตอบแทน "ในเมื่อฉันเริ่มจะหลุดพ้นจากความทุกข์ทีละน้อยๆ ก็ขอให้ผู้คนมากขึ้นๆ จงหลุดพ้นจากความทุกข์ ฉันได้เรียนรู้วิธีการปฏิบัติอันมหัศจรรย์นี้ ขอให้ผู้คนมากขึ้นๆ ได้รับประโยชน์จากวิธีการนี้ด้วย" บุพการีเป็นคุณสมบัติที่สำคัญยิ่งของผู้มีธรรมะ

บุคคลอีกจำพวกคือผู้ที่มีความกตัญญู ถ้าท่านคิดว่า "ตอนนี้ฉันได้รู้วิธีการปฏิบัตินี้แล้วจะต้องไปเกี่ยวข้องอะไรกับพระพุทธเจ้าอีกล่ะ" นั่นแสดงว่าท่านยังไม่เข้าใจธรรมะ ท่านได้รับธรรมะจากที่ไหนเล่า พระผู้มีพระภาคเจ้าต้องเสวยพระชาตินับไม่ถ้วนเป็นพระโพธิสัตว์ก็เพื่อบำเพ็ญบารมี โดยในแต่ละชาติก็ได้ทรงรับใช้สรรพชีวิตจำนวนมากด้วยวิธีการต่างๆ กัน

จงเข้าใจว่า เมื่อครั้งที่พระองค์ได้พบกับพระทีปังกรพุทธเจ้านั้น ทรงมีพระบารมีมากพอที่จะบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ในทันที ถ้าหากได้ปฏิบัติวิปัสสนา แต่กลับทรงคิดว่า "ไม่ เราไม่ต้องการที่จะหลุดพ้นเพียงลำพัง เราจะขอเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเพื่อรับใช้ผู้คนทั้งหลาย ในขณะที่บำเพ็ญบารมี เราก็จะขอรับใช้ผู้คนไปด้วย" พระองค์จึงทรงบำเพ็ญบารมีเรื่อยมาด้วยปณิธานอันแน่วแน่ดังกล่าว ทรงทนทุกข์ทรมานหลายชั่วกัปกัลป์เพื่อใครกันเล่า หากไม่ใช่เพื่อพวกเรา ถ้าพระองค์ทรงบำเพ็ญเพียรเพื่อความหลุดพ้นเพียงลำพังโดยไม่เผยแผ่แก่ผู้อื่นแล้ว พวกเราจะเรียนรู้วิธีการปฏิบัตินี้ได้อย่างไร พระองค์ทรงเผยแผ่ธรรมะก็ด้วยพระมหากรุณาอันหาที่สุดมิได้

จากนั้นก็ได้มีการสืบทอดวิธีการปฏิบัตินี้ต่อมาจากครูถึงศิษย์ โดยเฉพาะในประเทศเพื่อนบ้านของเราอย่างพม่า สำหรับอินเดียนั้น น่าเสียดายที่วิธีการนี้ได้สูญสิ้นไปภายในชั่วระยะเวลาเพียง 500 ปี ขณะที่เพื่อนบ้านของเรายังคงรักษาวิธีการนี้ไว้ได้ถึง 2,500 ปี แม้จะจำกัดอยู่ในคนกลุ่มเล็กๆ ก็ตาม เราจึงควรสำนึกในบุญคุณนี้

บางครั้งมีคนตั้งคำถามกับข้าพเจ้าว่า "เหตุใดจึงต้องมีเจดีย์ที่นี่ด้วย ทำไมไม่เป็นวัด มัสยิด หรือโบสถ์เล่า" ก็เพราะเจดีย์เป็นสัญลักษณ์แทนความกตัญญู เมื่อครั้งที่ธรรมะเผยแผ่จากอินเดียไปพม่านั้น ชาวพม่าต่างสำนึกในบุญคุณและรำลึกถึงดินแดนอันเป็นต้นกำเนิด จึงได้จำลองเอารูปแบบสถาปัตยกรรมของสถูปสาญจิไปเป็นสัญลักษณ์แทนประเทศ

อินเดียด้วย สถูปในพม่าจึงมีลักษณะคล้ายกับสถูปสาญจิ ทั้งนี้ก็เพื่อให้ชาวพม่าได้รำลึกถึงประเทศอินเดีย ส่วนการประดับตกแต่งอื่นๆ ก็เหมือนกับการแต่งเค้กคริสต์มาส คือทำขึ้นในภายหลัง ที่สะกาย (อยู่ใกล้กับมัณฑะเลย์ในพม่า) ก็ยังคงมีสถูปที่สร้างขึ้นในแบบเดียวกับสาญจิอยู่

ตอนนี้ธรรมะจากพม่าได้กลับคืนสู่อินเดียแล้ว เราจึงสร้างเจดีย์แบบพม่าขึ้นเพื่อเป็นสัญลักษณ์แทนความกตัญญู ให้รู้ว่าเราได้รับวิปัสสนากลับคืนมาจากพม่า ผู้คนจะได้จดจำไปตราบนานเท่านานว่า เราได้สูญเสียรัตนะอันล้ำค่านี้ไป และประเทศเพื่อนบ้านของเราได้รักษาวิธีการนี้เอาไว้อย่างบริสุทธิ์ เราจึงควรที่จะสำนึกในบุญคุณของประเทศพม่า ตลอดจนครูบาอาจารย์ทั้งหลาย ที่ได้ช่วยกันรักษาวิธีการปฏิบัตินี้ไว้อย่างบริสุทธิ์เหมือนเดิม

พระบรมศาสดาได้ตรัสไว้ว่า "ผู้ที่มีความกตัญญูอย่างแรงกล้าและปรารถนาที่จะรับใช้ผู้อื่นโดยไม่หวังสิ่งตอบแทนนั้นหาได้ยากยิ่ง" คุณสมบัติทั้งสองประการนี้จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อผู้ที่ต้องการจะเข้ามารับใช้ธรรมะ

สิ่งที่สำคัญอีกอย่างคือ ท่านต้องรักษาวิธีการปฏิบัตินี้ให้บริสุทธิ์เหมือนเดิม เหตุใดวิปัสสนาจึงได้สูญสิ้นไปจากประเทศนี้ สถาบันวิจัยของเราจะทำการศึกษาเรื่องนี้โดยละเอียด ซึ่งก็จะเผยให้เห็นถึงสาเหตุหลายประการด้วยกัน แต่สาเหตุหนึ่งที่ข้าพเจ้ามองเห็นก็คือ เมื่อลัทธินิกายต่างๆ พบว่าวิธีการนี้ดี มีประสิทธิผล ก็คิดว่า "ถ้าเราเอาวิธีการนี้มาไว้ในลัทธินิกายของเราก็คงจะดีทีเดียว มิฉะนั้น ผู้คนของเราจะพากันไปเข้าปฏิบัติวิปัสสนา จนทำให้ลัทธินิกายของเราเสื่อมลงได้" เมื่อพวกเขานำเอาวิปัสสนาเข้าไปผสมผสานกับความเชื่อในลัทธินิกายของตนแล้ว วิธีการนี้ก็ย่อมจะไม่ให้ผลและค่อยๆ สูญสิ้นไปในที่สุด

สำหรับในส่วนของเรานั้น เราให้การอบรมโดยไม่คิดค่าใช้จ่าย และถ้ามีใครมาทำให้วิธีการนี้ต้องมัวหมองด้วยการเพิ่มเติมบางสิ่งบางอย่างเข้าไป ก็เป็นเรื่องของเขา ไม่ใช่เรื่องของเรา หน้าที่ของเราคือต้องรักษาวิธีการนี้ไว้ให้บริสุทธิ์เหมือนเดิม ผู้ที่รับใช้ผู้อื่นด้วยวิธีการอันบริสุทธิ์นี้จะต้องไม่เพิ่มเติมสิ่งใด เพราะธรรมะนั้นมีความบริบูรณ์ คือ *ปริปุณณัง* และมีความบริสุทธิ์อย่างที่สุดคือ *ปริสุทธัง* อยู่แล้ว ไม่จำเป็นต้องลดทอนสิ่งใด

เราอาจมีเมตตาอย่างผิดๆ ว่า "ถ้าฉันเพิ่มเติมสิ่งนี้ลงไปสักหน่อย ผู้คนในชุมชนนั้นก็จะมาเข้าปฏิบัติ มิฉะนั้นพวกเขาคงไม่มา ฉันจะเพิ่มเติมบางสิ่งบางอย่างเข้าไปเพื่อช่วยพวกเขา" แล้วสิ่งที่เพิ่มเข้าไปนั้นก็จะค่อยๆ ทำให้วิธีการปฏิบัติต้องมัวหมองและสูญเสียผลที่ดีไป ฉะนั้น จึงไม่มีข้อผ่อนปรนหรือโอนอ่อนใดๆ ทั้งสิ้นในส่วนที่เกี่ยวข้องกับวิธีการปฏิบัติ

จงเข้าใจวิธีการปฏิบัติให้ถูกต้อง เรามาที่นี่เพื่อสังเกตความจริงภายในตัวเรา ซึ่งเกี่ยวกับการที่กายและจิตมีปฏิกิริยาต่อกัน ทั้งสองสิ่งนี้มีอิทธิพลต่อกันอย่างไร การกระทบกันของกายและจิตเป็นเหตุให้เกิดเวทนาที่น่าพอใจหรือไม่น่าพอใจอย่างไร และอวิชชาเป็นเหตุให้เรามีปฏิกิริยาปรุงแต่งตอบโต้อย่างไร ถ้าเราเฝ้าสังเกตสิ่งที่เกิดขึ้นนี้ด้วยใจที่เป็นกลาง นิสัยที่ชอบตอบโต้ของเราก็จะเปลี่ยนไป ง่ายๆ เพียงเท่านี้ ไม่จำเป็นที่จะต้องเพิ่มเติมอะไรเข้าไปอีก

ท่านต้องตั้งมั่นอยู่ในธรรมะและหาทางช่วยเหลือผู้อื่นให้ตั้งมั่นอยู่ในธรรมะด้วย ซึ่งจะเป็นไปได้ก็ต่อเมื่อท่านรักษาวิธีการปฏิบัติทั้งหมดให้บริสุทธิ์และเป็นสากล ทันทีที่ท่านเริ่มเพิ่มเติมบางสิ่งบางอย่างเข้าไป ธรรมะก็จะกลายเป็นลัทธินิกาย แล้วสาระสำคัญของธรรมะก็จะหายไป จากนั้นวิธีการปฏิบัตินี้ก็จะสูญสิ้นไป จงทำงานด้วยความระมัดระวังและใช้ปัญญา

พระพุทธเจ้ามิได้ทรงก่อตั้งลัทธินิกาย แต่ทรงประกาศพระธรรมอันบริสุทธิ์ ในพุทธพจน์ทั้ง 15,000 หน้านั้นไม่ปรากฏคำว่าชาวพุทธหรือพุทธศาสนาอยู่เลย กระทั่ง 500 ปีให้หลังพุทธกาลไปแล้วจึงได้มีการใช้คำๆ นี้เป็นครั้งแรก ก่อนหน้านั้นไม่เคยมีใครเรียกตัวเองเป็นชาวพุทธ หรือเรียกคำสอนของพระพุทธเจ้าว่าพุทธศาสนาเลย

ตอนที่ข้าพเจ้าอยู่ในประเทศพม่านั้น มีคนถามว่า

"ท่านสอนศาสนาพุทธหรือ"

ข้าพเจ้าตอบไปว่า "เปล่า ข้าพเจ้าไม่ได้สอนศาสนาพุทธ"

"ท่านไม่ได้สอนศาสนาพุทธหรอกหรือ ถ้าเช่นนั้นท่านก็ไม่ได้ชักชวนผู้คนให้หันมาถือศาสนาพุทธน่ะสิ"

"เปล่าเลย ข้าพเจ้าไม่ได้ชักชวนให้ใครหันมาถือศาสนาพุทธ"

"ถ้าอย่างนั้นท่านก็ไม่ใช่ชาวพุทธน่ะสิ"

"เปล่า ข้าพเจ้าไม่ใช่ชาวพุทธ"

"ท่านไม่ใช่ชาวพุทธ ไม่ได้สอนศาสนาพุทธ ไม่ได้ชักชวนผู้คนให้หันมาถือศาสนาพุทธหรอกหรือนี่ !"

จากนั้นเรื่องก็แพร่สะพัดไปทั่วว่า "เจ้านี่มันอกตัญญูเสียจริง นำเอาธรรมะไปจากประเทศของเราแล้ว ตอนนี้ยังใช้เพื่อประโยชน์ส่วนตัวอีก ไม่ได้ชักชวนผู้คนให้หันมาถือศาสนาของเราเลย" แล้วความสับสนอย่างใหญ่หลวงก็เกิดขึ้น !

แต่โชคดีที่ข้าพเจ้าได้รับเชิญไปที่นั่นอีก จึงมีโอกาสอธิบายว่า "ช่วยบอกข้าพเจ้าหน่อย

เถิดว่า พระพุทธองค์ทรงชักชวนผู้คนให้หันมานับถือศาสนาพุทธหรือ พระองค์ทรงเปลี่ยนแปลงผู้คนให้มาเป็นชาวพุทธได้สักเท่าไร ในบรรดาพระสาวกของพระองค์ อย่างพระโมคคัลลานะซึ่งมาจากตระกูลพราหมณ์นั้น พระองค์เคยตรัสหรือว่า "บัดนี้เธอเป็นชาวพุทธแล้ว" พระกัจจายนะที่มาจากตระกูลพราหมณ์ พระองค์ก็ไม่เคยตรัสว่า "นับจากวันนี้ไปเธอจะถูกเรียกว่าชาวพุทธ" พระผู้มีพระภาคเจ้ามิได้ทรงเปลี่ยนแปลงผู้คนให้หันมานับถือลัทธินิกายใดเลย แล้วข้าพเจ้าเป็นใครกัน จึงจะไปเปลี่ยนแปลงผู้อื่น ข้าพเจ้าไม่อาจเอื้อมถึงขั้นนั้น ข้าพเจ้าจะไปรู้ดีกว่าพระพุทธเจ้าได้อย่างไร ลองไปค้นพระพุทธพจน์ดูสิ ท่านพบคำว่าชาวพุทธตรงไหนบ้างไหม" แล้วพวกเขาก็ยอมรับว่า "ใช่แล้ว ท่านพูดถูก"

ถ้าเป็นศาสนาพุทธแล้ว ธรรมะก็จะจำกัดอยู่เพียงแค่กลุ่มคนที่เรียกขานตัวเองว่าชาวพุทธ ศาสนาพุทธนั้นเป็นของชาวพุทธ ศาสนาฮินดูก็เป็นของชาวฮินดู แต่ธรรมะเป็นของทุกคน วิปัสสนาเป็นของทุกคน ธรรมะนั้นหาที่สุดมิได้ *อัปปมาโณ ธัมโม* นี่คือพุทธวจนะ ท่านจะต้องไม่ทำให้ธรรมะที่กว้างขวางไร้ขอบเขต กลายเป็นธรรมะที่จำกัดคับแคบไป ท่านจึงต้องเข้าใจเสียตั้งแต่แรกว่า ท่านไม่ได้มาที่นี่เพื่อเปลี่ยนแปลงผู้คนทั้งหลายให้เป็นพุทธศาสนิกชน แต่ท่านมาเพื่อช่วยให้เขาเป็นธรรมิกชน

ในพระไตรปิฎกเราพบคำเพียง 5-6 คำ ที่พระพุทธองค์ทรงใช้เรียกสาวกผู้ดำเนินตามมรรคาธรรมของพระองค์ คือ *ธัมมิโก ธัมมัฏโฐ ธัมมี ธัมมจารี ธัมมวิหารี* พวกเขาล้วนเป็นธรรมิกชน ไม่ใช่พุทธศาสนิกชน

เราจึงต้องระวังให้มาก เราต้องรับใช้ธรรมะด้วยความเข้าใจอันดีว่า แม้เราจะรู้สึกสำนึกในพระมหากรุณาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่ในขณะเดียวกันเราก็ต้องไม่เข้ายุ่งเกี่ยวกับเรื่องของลัทธินิกาย เราไม่ได้มาที่นี่เพื่อเปลี่ยนแปลงผู้คนให้หันมานับถือศาสนานั้นศาสนานี้

เราต้องให้ความสำคัญกับธรรมะที่พระพุทธองค์ทรงสอน เพื่อให้ตัวเราได้ตั้งมั่นอยู่ในธรรม และช่วยเหลือผู้อื่นให้ได้ตั้งมั่นอยู่ในธรรมด้วย ผู้คนจะเรียกขานตัวเองอย่างไรก็ได้ มันไม่ได้ผิดแผกกันตรงไหน พวกเขาควรจะเป็น *ธัมมิโก* คือธรรมิกชนที่ตั้งมั่นอยู่ในธรรมะ มีชีวิตอยู่ในวิถีทางของธรรมะ เพื่อจะได้พบกับความสุขสงบยิ่งขึ้น ผู้ที่เป็นธรรมิกชนโดยแท้ย่อมหลีกพ้นจากความเป็นลัทธินิกาย นี่คือเครื่องชี้วัดที่จะบอกว่าเขาตั้งมั่นอยู่ในธรรมจริงๆ หรือเปล่า ถ้าเขายังคงยึดติดอยู่กับเรื่องของลัทธินิกาย ก็จงเข้าใจเถิดว่า เขายังอยู่ห่างไกลจากธรรมะ

ขอให้จดจำทั้งหมดนี้ให้ดีและพยายามพัฒนาธรรมะให้เจริญงอกงาม เพื่อความดีงามของตัวท่านเองและผู้อื่น ขอให้ธรรมะจงเจริญงอกงาม เพื่อผู้คนมากขึ้นๆ จะได้หลุดพ้นจากความทุกข์ โดยที่ไม่ต้องเข้าไปเกี่ยวข้องกับลัทธินิกายใดๆ ขอให้พวกเขาจงเจริญงอกงามในธรรม ขอให้ธรรมะจงขจรขจายไป เพื่อความดีงามและประโยชน์ของผู้คนทั้งหลาย ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



ที่เกาชุง ประเทศไต้หวัน

24 กรกฎาคม 2539

รับใช้ตนเองและผู้อื่น

ธรรมบริกรที่รักทั้งหลาย

ปีที่แล้วพวกท่านหลายๆ คนได้ช่วยกันรับใช้ธรรมะอย่างเต็มกำลัง จนทำให้วิปัสสนาเริ่มเผยแผ่ไปบนเกาะแห่งธรรมนี้ สำหรับผู้ปฏิบัติวิปัสสนาที่ต้องการจะก้าวหน้าไปบนหนทางของการชำระจิตให้บริสุทธิ์นั้น การรับใช้ธรรมะถือเป็นเรื่องที่สำคัญ พระพุทธองค์ทรงสอนว่า เราต้องช่วยเหลือตัวเองก่อน แล้วจึงค่อยเริ่มช่วยเหลือผู้อื่น ถ้าท่านต้องการที่จะชำระจิตของตนเองให้บริสุทธิ์ แต่ไม่พัฒนาความรักความเมตตาต่อผู้อื่น ไม่พัฒนาความปรารถนาที่จะช่วยเหลือผู้อื่นให้หลุดพ้นจากความทุกข์แล้ว ท่านก็ไม่สามารถที่จะก้าวหน้าไปบนหนทางธรรมได้อย่างแน่นอน

จงชำระจิตของท่านไปพร้อมๆ กับช่วยเหลือผู้อื่นให้สามารถชำระจิตของพวกเขาเองได้ ไม่ควรที่เราจะเอาแต่ชำระจิตของตัวเองจนลืมผู้อื่น หรือมัวแต่ช่วยเหลือผู้อื่นจนลืมที่จะชำระจิตของตัวเองไป ถ้าตัวของท่านเองยังไม่เข้มแข็งแล้ว จะไปช่วยเหลือผู้อื่นที่อ่อนแอให้เข้มแข็งขึ้นมาได้อย่างไรกัน

ข้าพเจ้าได้รับรู้จากประสบการณ์ส่วนตัวและของผู้ปฏิบัติจำนวนมากว่า เมื่อท่านได้รับใช้ช่วยเหลือผู้อื่นในทางธรรมแล้ว การปฏิบัติของท่านจะเข้มแข็งขึ้นและกระบวนการชำระจิตก็จะมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ในขณะที่ท่านช่วยเหลือผู้อื่นให้เจริญงอกงามในธรรมะนั้น ท่านก็ได้พัฒนาทานบารมีของตัวท่านเองไปด้วย ซึ่งการให้ธรรมะถือเป็นการให้ที่เหนือกว่าการให้ทั้งปวง ไม่ต้องสงสัยเลยว่า ทานที่ท่านให้ทั้งหมดล้วนมีอานิสงส์ต่อตัวท่าน การให้ธรรมทานจะก่ออานิสงส์สูงสุดต่อตัวท่าน ก็เพราะท่านกำลังให้สิ่งที่มีค่าสูงสุดแก่ผู้รับนั่นเอง

ผู้ที่ได้รับธรรมะเป็นกำนัล ย่อมจะได้เรียนรู้ถึงวิธีการชำระจิตให้บริสุทธิ์ และเริ่มที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลายในชีวิต ด้วยเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงได้ตรัสว่า *สัพพะทานัง ธัมมะทานัง ชินาติ* การให้ธรรมชนะการให้ทั้งปวง

ในระหว่างการอบรม ดูเหมือนอาจารย์ผู้สอนจะเป็นผู้ที่ให้ธรรมทาน แต่จริงๆ แล้ว ธรรมทานไม่อาจเกิดขึ้นได้โดยปราศจากความช่วยเหลือของธรรมบริกร ฉะนั้นธรรมบริกรจึงมีส่วนร่วมในกระบวนการนี้ด้วย ถ้าไม่มีใครมาจัดการหรือตระเตรียมอาหารแล้ว การอบรมวิปัสสนาจะเกิดขึ้นได้อย่างไร ธรรมทานจึงเกิดขึ้นได้ด้วยการร่วมแรงร่วมใจจากทั้งอาจารย์และธรรมบริกร โดยตัวของธรรมบริกรเองก็ได้รับอานิสงส์จากการให้ธรรมทานนี้ด้วย

บางครั้งมีคนมาบอกกับข้าพเจ้าว่า "น่าอัศจรรย์จริงๆ ที่เพียงลำพังตัวท่านคนเดียวสามารถเผยแผ่ธรรมะให้แก่ผู้คนได้มากมายทั่วโลก" ซึ่งข้าพเจ้าก็ตอบกลับไปว่า ข้าพเจ้าไม่ได้ทำงานคนเดียว ข้าพเจ้ามีแค่สองมือ แต่ธรรมะนั้นมีนับพันๆ มือ เป็นมือของธรรมบริกรทั้งหลายนั่นเอง

ตอนแรกที่เดินทางไปถึงอินเดียนั้น ข้าพเจ้าไม่มั่นใจว่าจะสามารถเผยแผ่ธรรมะที่นั่นได้หรือเปล่า เพราะวิธีการปฏิบัตินี้เป็นการผ่าตัดชำระจิตใจในระดับรากลึก จำเป็นจะต้องใช้การอบรมแบบพักค้างแรม แต่ข้าพเจ้าก็ไม่มีใครที่จะช่วยจัดเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกที่จำเป็นได้เลย โชคดีที่มีญาติห่างๆ คนหนึ่งจากพม่าได้เข้ามาอาสาว่าจะช่วย และด้วยความช่วยเหลืออย่างมากของเขานี่เอง จึงได้ทำให้การอบรมครั้งแรกเกิดขึ้นได้ แล้วกงล้อของธรรมะก็ได้กลับมาหมุนอีกครั้งในประเทศต้นกำเนิด หลังจากนั้นคนอื่นๆ ที่ได้เข้าปฏิบัติก็อาสาเข้ามาช่วยเหลือ ทำให้การอบรมดำเนินต่อไปได้ ไม่เพียงแต่เฉพาะในอินเดีย หากยังรวมไปถึงทั่วโลกด้วย

เมื่อใดก็ตามที่นึกถึงผู้ที่ช่วยจัดการอบรมครั้งแรกในอินเดีย ข้าพเจ้าจะรู้สึกขอบคุณเขาเป็นอย่างมาก จะมีใครเล่าที่สามารถประมาณผลบุญกุศลที่เขาได้รับจากการจัดอบรมหลักสูตรวิปัสสนาครั้งแรกนอกประเทศพม่านี้ได้ แล้วหลังจากนั้นก็มีผู้ปฏิบัติจำนวนมากทั่วโลกได้เริ่มอาสาเข้ามาช่วยเหลือ จะมีใครเล่าที่สามารถประมาณบุญกุศลที่ธรรมบริกรเหล่านี้ได้รับจากการจัดอบรมธรรมะให้แก่ผู้ที่มีความทุกข์ยากได้ ด้วยเหตุนี้ ข้าพเจ้าจึงได้บอกว่าธรรมบริกรทุกคนล้วนมีส่วนร่วมในการบำเพ็ญธรรมทานอันยิ่งใหญ่นี้ไปทั่วโลก

ในชีวิตประจำวันนั้นมีทั้งเรื่องดีและร้ายเกิดขึ้นมากมาย การจะรักษาความสงบและพัฒนาความรักความเมตตาท่ามกลางความแปรปรวนนี้ได้ ต้องอาศัยการฝึกปฏิบัติวิปัสสนา เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนามารับใช้ธรรมะ ก็จะได้เรียนรู้ท่ามกลางบรรยากาศที่เกื้อกูลว่า จะนำธรรมะไปใช้ในชีวิตจริงได้อย่างไร

ขณะที่มารับใช้ธรรมะ ท่านจะได้พบกับผู้ปฏิบัติที่มีนิสัยแตกต่างกัน บางคนอาจเกียจคร้าน ช่างพูด หรือหยาบคาย บางครั้งธรรมบริกรที่ยังไม่มีวุฒิภาวะก็จะแสดงอาการ

เช่นเดียวกัน โดยตอบโต้ออกไปอย่างหยาบคาบหรือไม่ก็ทำตัวเหมือนผู้คุม แต่ท่านได้รับการอบรมมาว่า ไม่ว่าผู้ปฏิบัติจะทำผิดอะไร ท่านจะต้องไม่โกรธ ต้องรู้จักสงบจิตสงบใจ มีแต่ความรักความเมตตา ถ้าท่านยังคงพลั้งพลาด ก็ให้แก้ไขปรับปรุงไปเรื่อยๆ แล้วท่านก็จะได้เรียนรู้ถึงวิธีการที่จะรับมือกับสถานการณ์อันไม่พึงประสงค์อย่างมีอุเบกขา บรรยากาศในศูนย์ปฏิบัติธรรมหรือในการอบรมนั้นเอื้อต่อการเรียนรู้วิธีที่จะเผชิญกับปัญหาต่างๆ มากกว่า ซึ่งท่านก็จะสามารถนำปัญญาที่ได้นี้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน นี่คือที่ที่ธรรมบริกรแต่ละคนจะได้เรียนรู้ถึงวิธีการดำเนินชีวิตที่ดีงาม

พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ผู้ที่เปี่ยมด้วยคุณธรรมย่อมมีคุณสมบัติสองประการ นั่นคือ คุณสมบัติของการรับใช้ช่วยเหลือผู้อื่นโดยปราศจากอัตตาและความกตัญญูรู้คุณ ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่หาได้ยากยิ่ง ธรรมบริกรเป็นผู้ที่มีโอกาสจะพัฒนาคุณสมบัติทั้งสองประการนี้ ท่านจะได้เรียนรู้ที่จะช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่คาดหวังสิ่งตอบแทน รวมทั้งจะได้พัฒนาความรู้สึกสำนึกในพระมหากรุณาของพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้ทรงค้นพบวิธีการปฏิบัติอันมหัศจรรย์นี้และได้ประทานให้แก่โลก ตลอดจนครูบาอาจารย์ทั้งหลายที่ได้สืบทอดจากพระพุทธเจ้ามาจนถึงปัจจุบัน โดยที่ยังคงรักษาวิธีการปฏิบัตินี้ไว้ในรูปแบบที่บริสุทธิ์ดั้งเดิม เราจะเริ่มเกิดความรู้สึกว่าอยากจะทดแทนพระคุณด้วยการรับใช้ผู้อื่น เพื่อให้งานเผยแผ่ธรรมของครูอาจารย์ประสบผลสำเร็จ

เรารู้สึกยินดีและมีความสุขอย่างยิ่งที่ได้รับใช้ผู้อื่นและช่วยเหลือให้คนเหล่านั้นได้หลุดพ้นจากความทุกข์ ฉะนั้น งานรับใช้ธรรมะจึงเป็นทั้งการช่วยเหลือผู้อื่นและช่วยตัวธรรมบริกรเองด้วย

ขอให้พวกท่านทั้งหลายจงพัฒนาธรรมะให้เข้มแข็ง เพื่อประโยชน์สุขของตัวท่านเอง และขอให้พวกท่านจงรับใช้ผู้อื่นต่อไป เพื่อความดีงามและประโยชน์สุขของผู้คนจำนวนมาก

ขอให้พระธรรมคำสอนเพื่อการชำระจิตให้บริสุทธิ์ของพระพุทธองค์นี้ จงแผ่ขยายไปไม่เพียงแต่เฉพาะในเกาะแห่งธรรมหรือเกาะไต้หวันนี้ แต่ขอให้ฟื้นคืนและเจริญรุ่งเรืองในประเทศที่เป็นต้นกำเนิด แล้วเผยแผ่ไปทั่วโลกด้วย

ขอให้เกาะไต้หวันจงเป็นประทีปแห่งธรรมะและฉายฉานแสงแห่งปัญญาไปทั่วโลก

ขอให้พวกท่านทั้งหลายจงมีความสุขความสงบ จงหลุดพ้นเถิด ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

11 มกราคม 2540

ถาม–ตอบ

ถาม *เราสามารถสังเกตเวทนาหรือความรู้สึกทางกายอย่างมีอุเบกขาได้ในระดับหนึ่ง แต่จะสังเกตความคิดและอารมณ์อย่างมีอุเบกขาได้อย่างไรคะ*

ท่านอาจารย์โกเอ็นก้า ไม่จำเป็นต้องไปสังเกตความคิด ขอให้เพียงแค่ยอมรับความจริงว่า ขณะนี้กำลังมีความฟุ้งซ่านอยู่ในใจก็พอแล้ว อารมณ์หรือความคิดที่ผุดขึ้นในใจไม่สามารถเกิดขึ้นได้โดยไม่ปรากฏเป็นเวทนาที่ร่างกาย เมื่อท่านเฝ้าสังเกตดูเวทนาเท่ากับท่านกำลังปฏิบัติอยู่ในระดับลึกของจิต กำลังชำระจิตของตัวท่านเองในระดับรากเหง้า ฉะนั้น จงอยู่กับเวทนา และเพียงแค่ยอมรับความจริงว่าท่านกำลังฟุ้งซ่านหรือมีอารมณ์เท่านั้น ไม่ต้องลงไปในรายละเอียดของความคิดหรืออารมณ์นั้นๆ

ถาม *ขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนา บางครั้งก็มีความรู้สึกเหมือนกับว่าตัวหายหรือไม่ก็หมุนอยู่ในอากาศ จะทำอย่างไรดีคะ*

ท่านอาจารย์ ถ้าท่านยังหายใจอยู่ ก็แสดงว่าร่างกายยังอยู่ ให้กลับมาสังเกตลมหายใจเพื่อทำให้จิตสงบลงและแหลมคมขึ้น ละเอียดขึ้น แล้วท่านก็จะเริ่มรู้สึกถึงร่างกาย

ถาม *ท่านพูดถึงหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า แต่กลับไม่เรียกว่าศาสนาพุทธ เหตุใดท่านจึงไม่เผยแผ่ธรรมะในนามของพุทธศาสนา*

ท่านอาจารย์ พระพุทธเจ้าไม่เคยประกาศศาสนาพุทธ ทรงประกาศแต่ธรรมะเท่านั้น แล้วข้าพเจ้าเป็นใครกันที่จะไปสอนธรรมะในนามของศาสนาพุทธ ข้าพเจ้าเป็นเพียงแค่บุตรของพระผู้มีพระภาคเจ้า และได้รับธรรมะเป็นมรดกตกทอดมาจากพระองค์ ฉะนั้นข้าพเจ้าจึงต้องสอนในสิ่งที่พระองค์ทรงสอนจริงๆ ถ้าเราเรียกธรรมะว่าเป็นธรรมะของศาสนาพุทธแล้ว ก็จะจำกัดอยู่แค่เฉพาะคนกลุ่มหนึ่งเท่านั้น ความคิดที่ว่าธรรมะของศาสนาพุทธมีไว้สำหรับชาวพุทธ ธรรมะของศาสนาฮินดูมีไว้สำหรับชาวฮินดู และธรรมะของศาสนาเชนมีไว้สำหรับผู้ที่นับถือศาสนาเชนนั้น มีแต่ข้อจำกัด ในขณะที่ธรรมะไม่มีขอบเขต ไม่มีประมาณ เป็นของคนทุกคน

เราจึงควรสอนธรรมะที่ใครๆ ก็มาปฏิบัติได้ และได้รับผลได้รับประโยชน์เหมือนกัน

ถาม *นิพพาน ปรินิพพาน กับมหาปรินิพพาน แตกต่างกันอย่างไรครับ*

ท่านอาจารย์ ในประเทศนี้เป็นที่น่าเสียดายที่คำว่า นิพพาน หรือ นิรวาณ ในภาษาของที่นี่ได้ถูกเข้าใจผิดเพี้ยนไป หลายพันปีที่ผ่านมาผู้คนหลงลืมวิธีการปฏิบัติที่จะช่วยให้พวกเขาได้พบกับนิพพานในชีวิตนี้ ดังนั้น ความหมายของคำๆ นี้จึงกลับกลายไปเป็นความตาย

ข้าพเจ้าจำได้ว่า ไม่กี่เดือนหลังจากที่ออกจากประเทศพม่ามาที่นี่ มีผู้ปฏิบัติคนหนึ่งเข้ามากราบข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจึงให้พรไปว่า "ขอให้ท่านจงเข้าถึงนิพพานโดยเร็ว" แต่เขากลับตกตะลึงและพูดว่า "ผมมาพบท่านเพื่อขอพรให้ตัวเองมีอายุยืนยาว แต่ท่านกลับสาปแช่งให้ผมตายไวๆ"

ช่างน่าสงสารจริงๆ เขาไม่รู้ความหมายของคำว่า นิพพาน เอาเสียเลย ในชีวิตนี้ขณะที่ท่านปฏิบัติธรรม แล้วได้พบกับสภาวะที่อยู่เหนือรูปนาม นั่นก็คือ นิพพาน ส่วน *ปรินิพพาน* นั้นใช้สำหรับการตายของพระอรหันต์ ซึ่งหลังจากนั้นท่านจะไม่กลับมาเกิดอีกต่อไป สำหรับคำว่า *มหาปรินิพพาน* ใช้สำหรับมหาบุรุษดังเช่นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อพระองค์เสด็จดับขันธ์แล้วจะไม่กลับมาเวียนว่ายอีกเลย

ถาม *การปฏิบัติธรรมในวันพระ คือวันขึ้น 8 ค่ำ ขึ้น 15 ค่ำ วันแรม 8 ค่ำ และ 15 ค่ำจะช่วยให้ได้รับผลดีเป็นพิเศษอะไรหรือเปล่าคะ*

ท่านอาจารย์ ผลดีเป็นพิเศษจะเกิดขึ้นเสมอถ้าหากท่านปฏิบัติธรรม ฉะนั้น ท่านจึงต้องปฏิบัติ กฎเกณฑ์ต่างๆ เหล่านี้ถูกกำหนดขึ้นก็เพื่อให้ผู้คนได้หาเวลาที่จะมาปฏิบัติธรรมกันอย่างน้อยอาทิตย์ละครั้ง นี่เป็นเหตุผลที่มาของคำแนะนำนี้

ถาม *หัวหอมกับกระเทียมมีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาหรือเปล่าคะ*

ท่านอาจารย์ นั่นเป็นเรื่องที่ต้องตัดสินใจเอาเอง ถ้าท่านรับประทานแล้วพบว่ามีผลต่อการปฏิบัติ ก็ไม่ต้องรับประทาน จากประสบการณ์ส่วนตัวของข้าพเจ้าพบว่ามันไม่ดีนัก จึงไม่ชอบรับประทาน ที่ศูนย์ปฏิบัติฯ ในอินเดีย เราจะไม่ใช้ส่วนผสมทั้งสองอย่างนี้เลย แต่ถ้าท่านรู้สึกว่ารับประทานแล้วไม่มีผลอะไร ก็ไม่มีข้อห้ามแต่อย่างใด

ถาม *เมื่อไม่นานมานี้รัฐบาลอินเดียได้มอบพุทธธาตุเป็นของขวัญให้กับรัฐบาลไทย พุทธธาตุคืออะไร ต่างจากธรรมธาตุและสังฆธาตุอย่างไรครับ*

ท่านอาจารย์ พระบรมสารีริกธาตุที่หลงเหลือจากการปลงพระสรีระของพระพุทธเจ้านั้นมีพลังหรือกระแสที่ดี ฉะนั้น ในประเทศที่นับถือพุทธศาสนา ผู้คนจึงต้องการสักการะบูชาและปฏิบัติธรรมท่ามกลางบรรยากาศที่ดีจากกระแสของพระบรมสารีริกธาตุ รัฐบาล

อินเดียมีพระบรมสารีริกธาตุอยู่บางส่วน จึงได้ส่งมอบให้แก่ประเทศเหล่านี้ เพื่อให้ผู้คนได้กราบไหว้บูชาและปฏิบัติธรรม นี่คือความหมายของ *พุทธธาตุ*

ส่วน *ธรรมธาตุ* คือ พลังสั่นสะเทือนของธรรมะ คำว่า *ธาตุ* นั้น หมายถึงสภาวะหรือกระแสสั่นสะเทือน *อัตตะโน สะภาวัง ธาเรตีติ ธัมมา* ทุกๆ สภาวะมีธรรมชาติเป็นของตนเอง ฉะนั้น กระแสสั่นสะเทือนของธรรมะจึงเกิดจากธรรมชาติของธรรมะ ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนา ท่านจะได้ประสบกับ *ธรรมธาตุ* นี้

สำหรับ *สังฆธาตุ* นั้นไม่มี แต่คำว่า *สังฆะ* หมายถึงอริยสงฆ์ ฉะนั้น เวทนาหรือกระแสพลังที่เกิดจากอริยสงฆ์ ท่านอาจเรียกว่า *สังฆธาตุ* ก็ได้

ถาม *เวลาที่เปิดเทปสวดมนต์เช้าที่บ้านจำเป็นจะต้องปฏิบัติวิปัสสนาไปด้วยหรือเปล่าคะ*

ท่านอาจารย์ ขณะที่ฟังเทปสวดมนต์ ถ้าท่านมีสติระลึกรู้ถึงสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นในตัวไปด้วย จะช่วยให้ท่านได้รับผลดียิ่งขึ้น แต่ไม่จำเป็นว่าในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนาจะต้องเปิดเทปสวดมนต์

ถาม *ธรรมบริกรจะรับประทานอาหารว่างรองท้องเล็กน้อยก่อนจัดให้ศิษย์ได้หรือไม่*

ท่านอาจารย์ ถ้าท่านรู้สึกว่าหิวมาก และอีกนานกว่าจะถึงเวลาอาหารเช้า ก็รับประทานได้ เราไม่ห้าม แต่ถ้าเป็นไปได้ ก็ควรจะให้ผู้ที่มาเข้าปฏิบัติได้รับประทานก่อน

ถาม *ความเชื่อทางลัทธิศาสนากับความเชื่อทางธรรมะต่างกันตรงไหนครับ*

ท่านอาจารย์ ความเชื่อมักจะเป็นเรื่องของลัทธินิกาย ในขณะที่ธรรมะไม่ใช่เรื่องของความเชื่อ แต่เป็นสิ่งที่ท่านต้องมีประสบการณ์ด้วยตนเอง แล้วจึงเชื่อ ไม่ใช่เชื่อแบบงมงาย

ถาม *ในใจผมยังหมกมุ่นอยู่แต่กับเรื่องกามราคะ เพราะไม่ได้ปฏิบัติต่อเนื่อง โปรดชี้แนะทางออกด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ ท่านต้องต่อสู้กับมันด้วยตัวเอง กามราคะเป็นสิ่งที่ติดตามท่านมาชาติแล้วชาติเล่า เป็นสังขารที่ฝังลึกมาก เมื่อใดก็ตามที่มีกามราคะเกิดขึ้นในใจ จงอย่าไปยุ่งเกี่ยวกับสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดกามราคะ ขอให้เพียงแค่ยอมรับความจริงว่า กามราคะก็คือกามราคะ "ตอนนี้จิตของฉันเต็มไปด้วยกามราคะ" จงยอมรับมัน แล้วสังเกตดูว่ามีเวทนาอะไรเกิดขึ้นที่ร่างกายในขณะนั้นบ้าง เวทนาอะไรก็ตามที่ท่านรู้สึกอย่างชัดเจนที่ตรงส่วนไหนของร่างกายก็ได้ ขอให้เฝ้าสังเกตดูด้วยความเข้าใจในอนิจจังว่า ความรู้สึกนี้ไม่เที่ยง กามราคะที่เกิดขึ้นนี้ก็ไม่เที่ยง ดูซิว่ามันจะคงอยู่ไปได้นานสักเท่าใด เมื่อท่านปฏิบัติได้เช่นนี้ กามราคะก็จะอ่อนกำลังลงและหลุดลอกไป

ถาม *ผมเป็นคนขี้เกียจ ไม่ค่อยมีความตั้งใจที่จะปฏิบัติ อยากจะขอให้ท่านอาจารย์ช่วย*

ชี้แนะด้วยครับ

ท่านอาจารย์ ต้องมีความตั้งใจแน่วแน่มากขึ้น ถ้าท่านอ่อนแอจนไม่สามารถปฏิบัติได้ทุกวันเช้าเย็นแล้ว ก็ขอให้ท่านลองตั้งใจว่าจะไม่ทานอาหารเช้าหากยังไม่ได้นั่งปฏิบัติหนึ่งชั่วโมงก่อน แล้วดูสิว่าท่านจะทนอดอาหารเช้าไปได้สักกี่วันกัน จากนั้นท่านก็จะเริ่มปฏิบัติได้ทุกวัน และถ้ามีความรู้สึกเกียจคร้านหรือง่วงเหงาหาวนอน ก็ให้สำรวจดูตัวเอง ถ้าพบว่าเป็นเพราะอดนอน ก็ไปหลับสักพักให้ร่างกายสดชื่น แต่ถ้าเป็นเพราะกิเลสในใจ ซึ่งจะกลายเป็นอุปสรรคขวางกั้นท่านแล้วล่ะก็ จงต่อสู้กับมัน สูดหายใจให้ลึกๆ สักพัก หรือไม่ก็ไปล้างหน้าล้างตา ลุกขึ้นยืน ไปเดิน หรือทำอะไรก็ได้ให้หายง่วง

ถาม *ชีวิตเกิดขึ้นใหม่ทันทีหรือหลังจากนั้นสักระยะ*

ท่านอาจารย์ เกิดใหม่ทันที ไม่มีเว้นช่วง

ถาม *ชีวิตเริ่มถือกำเนิดตั้งแต่อยู่ในครรภ์หรือหลังจากที่เด็กคลอดออกมาแล้ว*

ท่านอาจารย์ ชีวิตเกิดขึ้นในชั่วขณะที่มีการปฏิสนธิ

ถาม *เราควรจะเพียงแค่สังเกตดูเวทนาไปเฉยๆ แล้วที่เหลือปล่อยให้เป็นเรื่องของธรรมะ หรือว่าควรจะพยายามใช้ความคิดหรือหนทางอื่น เพื่อให้เข้าใจในอนิจจัง*

ท่านอาจารย์ ไม่ใช่แค่คิด แต่ต้องมีประสบการณ์ด้วยตัวเอง เมื่อท่านเฝ้าสังเกตดูเวทนา แล้วพบว่า "ดูสิ มันเป็นอนิจจัง" นั่นจึงจะถูก แต่ถ้าท่านเพียงแค่สังเกตเวทนาไปโดยไม่เข้าใจว่า "สิ่งนี้ไม่เที่ยง" แล้วท่านจะพัฒนาอุเบกขา พัฒนาปัญญาได้อย่างไร

ถาม *เราได้ยินว่ากำลังมีการก่อสร้างพระมหาเจดีย์อยู่ใกล้ๆ กับเมืองมุมไบ ไม่ทราบว่าพระมหาเจดีย์นี้มีวัตถุประสงค์เพื่ออะไร และเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาของเราอย่างไร*

ท่านอาจารย์ พระมหาเจดีย์นี้สร้างขึ้นเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนา เป็นที่น่าเศร้าใจว่าสองพันปีที่ผ่านมาผู้คนในประเทศนี้ได้สูญสิ้นความรู้ที่แท้จริงเกี่ยวกับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตลอดจนพระธรรมคำสอนของพระองค์ และไม่ใช่เพียงแค่สูญสิ้นไปเท่านั้น แต่ยังถูกบิดเบือนให้ผู้คนเข้าใจผิดเพี้ยนไปด้วย รายการทีวีเองก็เผยแพร่ละครพุทธประวัติที่ทำให้เกิดความเข้าใจคลาดเคลื่อนยิ่งขึ้น ฉะนั้นแล้ว เราจะทำอย่างไรเพื่อให้ผู้คนได้รับรู้ข้อมูลที่ถูกต้อง

นั่นจึงเป็นที่มาของความคิดที่จะสร้างอนุสรณ์สถานขนาดใหญ่ ซึ่งก็มีผู้คนอาสาเข้ามาช่วยเหลือให้เป็นจริง ในนั้นจะมีห้องจัดแสดงภาพพุทธประวัติและพระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์อยู่ด้วย เพื่อให้ผู้คนที่มาเยี่ยมชมพระมหาเจดีย์นี้ด้วยความอยากรู้อยากเห็น ได้รับข้อมูลที่ถูกต้องกลับไป

นอกจากนี้ก็ยังจะใช้เป็นที่สำหรับปฏิบัติวิปัสสนาด้วย โชคดีที่เราได้รับพระบรมสารีริกธาตุองค์จริงบางส่วนมาจากสมาคมมหาโพธิ์และนายกรัฐมนตรีของศรีลังกา ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติที่จริงจังทุกท่านจึงสามารถนั่งปฏิบัติในพระมหาเจดีย์ได้ จากประสบการณ์ส่วนตัวของข้าพเจ้าพบว่า พระบรมสารีริกธาตุนั้นมีกระแสพลังที่แรงกล้ามาก จนส่งผลต่อบรรยากาศโดยรอบ เราจะสร้างห้องโถงกลมขนาดใหญ่เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 350 ฟุตไว้ใต้พระมหาเจดีย์ที่สูง 350 ฟุต ซึ่งสามารถจุผู้ปฏิบัติได้ประมาณ 10,000 คน เป็นไปได้ที่ในอนาคตจะมีผู้คนอยากให้สอนอานาปานะ แม้เพียงแค่ช่วงสั้นๆ ไม่กี่นาที เราก็อาจจะสอนให้เป็นกลุ่มใหญ่

ข้าพเจ้าขอพูดถึงเรื่องพระมหาเจดีย์เพิ่มเติมอีกสักหน่อย เพราะโครงการนี้ไม่ได้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างเจดีย์เท่านั้น ปัจจุบันนี้ที่ธรรมคีรีเรามีปัญหามากมายเหลือเกิน มีผู้สมัครเข้ารับการอบรมเป็นจำนวนมาก จนบางครั้งถึงกับต้องรอการตอบรับนานเป็นเดือนๆ แม้ข้าพเจ้าจะรู้สึกไม่สบายใจ แต่เราก็ไม่อาจทำอะไรได้ เพราะถ้าเรารับผู้ปฏิบัติเกินกว่า 500 คน คือถ้าเราสร้างตึกเพิ่มศูนย์ฯ ก็จะมีปัญหายุ่งยากในด้านการจัดการ แต่มีผู้ต้องการเข้าปฏิบัติมากมายเหลือเกิน เราจะแก้ปัญหานี้อย่างไรดี ก็เลยมีความคิดกันว่าจะสร้างศูนย์ปฏิบัติขึ้นอีกสักแห่ง เนื้อที่ราวๆ 100 เอเคอร์หรือกว่านั้นไว้ที่ข้างๆ หรือหลังองค์พระมหาเจดีย์ ซึ่งขณะนี้ก็กำลังอยู่ในระหว่างการเจรจาขอซื้อที่ดินผืนนี้อยู่ (ปัจจุบันคือศูนย์ธรรมปัฏฐนะ-กองบ.ก.)

เหตุผลอีกประการคือ ที่ธรรมคีรี เราจัดการอบรมหลายๆ หลักสูตรพร้อมกัน คือหลักสูตร 30 วัน 45 วัน พร้อมกับหลักสูตร 10 วัน ข้าพเจ้าทราบดีว่า ผู้ปฏิบัติในหลักสูตรระยะยาวที่ลงลึกมากๆ นี้จะถูกรบกวนจากผู้ปฏิบัติหลักสูตร 10 วัน ทำให้บรรยากาศไม่เอื้อต่อการปฏิบัติเท่าใดนัก ข้าพเจ้าจึงเห็นความจำเป็นที่เราจะต้องมีศูนย์ฯ ที่จัดการอบรมเฉพาะหลักสูตรระยะยาวเท่านั้น ไม่ใช่จัด 2 หลักสูตรพร้อมๆ กัน อาจจะเป็นที่ธรรมคีรีนี่ หรือที่พระมหาเจดีย์ หรือไม่ก็ศูนย์ฯ ที่อยู่ระหว่างเมืองมุมไบกับอิกัตปุรี ซึ่งน่าจะอยู่ห่างจากมุมไบสักชั่วโมงหรือชั่วโมงครึ่ง และจากอิกัตปุรีราวๆ ชั่วโมงครึ่ง ให้ศูนย์หนึ่งจัดอบรมเฉพาะหลักสูตรระยะยาว แล้วอีกศูนย์จัดอบรมหลักสูตรปกติทั่วไปโดยสลับผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกัน

เหตุผลที่สามคือ อาจารย์ของท่าน (หมายถึงท่านอาจารย์โกเอ็นก้า-กองบ.ก.) ก็แก่ตัวลงเรื่อยๆ ผมหงอกหมดแล้ว ท่านจึงเห็นใจผู้สูงอายุด้วยกัน มีผู้สูงอายุจำนวนมากที่ต้องการจะใช้ชีวิตบั้นปลายอยู่ในบรรยากาศของธรรมะ เราจึงมีความคิดที่จะสร้างหมู่บ้านผู้ปฏิบัติธรรมขึ้นระหว่างพระมหาเจดีย์กับ

ศูนย์ปฏิบัตินี้ คนที่มีฐานะอาจสร้างบ้านพักหลังเล็กๆ หรือบังกะโล มีห้องนอน 2 ห้อง ห้องรับแขก ห้องครัว และอื่นๆ ส่วนคนที่ไม่ค่อยมีฐานะ แต่ต้องการจะใช้ชีวิตอยู่ที่นั่น เราก็จะจัดหาสถานที่ พร้อมทั้งสาธารณูปโภคต่างๆ ให้ จะมาพักสักเดือนสองเดือน หรือจะอยู่ไปตลอดชีวิตก็ได้ นอกจากนี้ยังจะมีบ้านพักคนชราที่ไม่ต้องเสียเงิน ซึ่งภายในก็จะเต็มไปด้วยบรรยากาศของธรรมะ ในหมู่บ้านวิปัสสนาและบ้านพักคนชรานี้จะมีแต่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาอาศัยอยู่เท่านั้น ไม่มีคนอื่น บรรยากาศทั้งหมดต้องเป็นบรรยากาศของวิปัสสนา ที่บ้านพักคนชรานั้นไม่ต้องเสียเงิน ท่านจะได้รับอาหาร ที่พัก และสิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆ ที่จำเป็นต่อการปฏิบัติ ที่นั่นจะมีห้องปฏิบัติรวม บางทีอาจมีเจดีย์ด้วย ซึ่งท่านก็จะสามารถปฏิบัติวิปัสสนาได้อย่างสะดวกสบาย

สิ่งสำคัญอีกอย่างที่จะพัฒนาขึ้นที่นั่นด้วยก็คือสถาบันวิจัยขนาดใหญ่ เราตระหนักดีว่าผู้ที่มาเรียนภาษาบาลีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรีนี้ต้องพบกับความยากลำบากเพียงใด แม้แต่ห้องพัก เราก็มีไม่เพียงพอ ทำให้พวกเขาต้องย้ายห้องอยู่บ่อยๆ และเมื่อพวกเขาพักอยู่ที่นี่นานๆ ผู้คนก็คาดหวังให้พวกเขารับใช้ธรรมะ บางครั้งฝ่ายจัดการคิดว่าพวกเขาเรียนบาลีแค่วันละ 1-2 ชั่วโมง จึงควรที่จะช่วยงานด้านอื่นๆ ด้วย แต่นั่นอาจเป็นการผลักภาระที่หนักอึ้งให้กับพวกเขาได้

ฉะนั้น ที่พระมหาเจดีย์จะมีสถาบันให้พวกเขาได้ศึกษาภาษาบาลี สันสฤต ฮินดี หรือภาษาอื่นๆ ที่สนใจ ตลอดจนพระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์อย่างละเอียด โดยมีที่พักที่สะดวกสบายเป็นของตนเอง บรรยากาศทั้งหมดจะช่วยให้ผู้ปฏิบัติสามารถปฏิบัติได้ดียิ่งขึ้นและเป็นตัวของตัวเอง โครงการพระมหาเจดีย์จึงครอบคลุมถึงวัตถุประสงค์เหล่านี้ด้วย นี่เป็นความฝันของอาจารย์ของท่าน ซึ่งข้าพเจ้าก็หวังว่าจะเป็นจริง

ถาม *พระสัมมาสัมพุทธเจ้าคือผู้ที่ค้นพบวิธีการปฏิบัติวิปัสสนา ถ้าอย่างนั้นก็หมายความว่าผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาไม่มีทางจะเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เลยน่ะสิครับ*

ท่านอาจารย์ ทำไมจะไม่ได้ล่ะ ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาสามารถเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ แต่ต้องใช้เวลา ไม่ใช่เป็นกันง่ายๆ เวลาที่เราพูดว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบวิธีการปฏิบัติวิปัสสนานั้น หมายถึงว่าผู้ที่เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะมาอุบัติขึ้นในช่วงเวลาที่วิธีการปฏิบัติวิปัสสนาได้สูญสิ้นไปจากโลกนี้ แล้วพระองค์จะเป็นผู้ค้นพบอีกครั้ง ชาตินั้นจะเป็นชาติสุดท้ายของพระองค์

ถาม *ตามคำทำนายของพระโมคคัลลีบุตรติสสเถระบอกว่า หลังจากพระพุทธเจ้าเสด็จดับขันธ์ปรินิพพานไปแล้ว 2,500 ปี จะมีพระ*

โพธิสัตว์องค์หนึ่งมาหมุนธรรมจักรอีกครั้ง พระโพธิสัตว์องค์นั้นคือใคร แล้วนั่นตรงกับปีไหนครับ

ท่านอาจารย์ ความจริงในตอนนี้ก็คือธรรมจักรได้เริ่มกลับมาหมุนอีกครั้งหนึ่งแล้ว ธรรมะได้เริ่มต้นขึ้นแล้ว เท่านี้ก็พอ ทำไมจะต้องสนใจด้วยว่าพระโพธิสัตว์องค์นั้นคือใคร หรือใครเป็นผู้เริ่มต้น เพราะนั่นอาจทำให้ท่านเริ่มกราบไหว้ สวดมนต์อ้อนวอน ขออะไรๆ จากบุคคลผู้นี้

ถาม *จะกล่าวได้ไหมว่าวิปัสสนาเป็นวิธีการปฏิบัติของท่านกฤษณะมูรติ*

ท่านอาจารย์ วิปัสสนาเป็นวิธีการปฏิบัติที่ค้นพบโดยองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ท่านกฤษณะมูรติอาจนำเอาวิธีการของพระองค์ไปใช้เป็นบางส่วน แต่วิปัสสนาเป็นวิธีการปฏิบัติของพระพุทธเจ้า

ถาม *กระแสเมตตาเป็นพลังงานชนิดหนึ่งที่ไร้ขอบเขตหรือคะ แล้วมันจะมีกำลังแรงกล้าขึ้นหรือถดถอยลงได้หรือเปล่า*

ท่านอาจารย์ ทุกๆ คนสามารถสร้างกระแสเมตตาได้ พลังของมันจะเพิ่มขึ้นหรือลดลง ขึ้นอยู่กับความสามารถของผู้ปฏิบัติคนนั้น ถ้าจิตของเขาบริสุทธิ์ขึ้นๆ กระแสของเมตตาก็จะมีกำลังแรงกล้าขึ้นเรื่อยๆ แต่ถ้าจิตของเขาอ่อนแอมากหรือเต็มไปด้วยกิเลส กระแสของเมตตาก็จะมีกำลังอ่อนลงมากด้วย กระแสเมตตาจึงเป็นสิ่งที่ผู้ปฏิบัติสร้างขึ้นได้

ถาม *การที่ผู้บรรลุธรรมระลึกชาติได้หมายความว่าจริงๆ แล้วจิตของเราไหลไปตามกระแสของสังขารที่สั่งสมมาในแต่ละชาติเช่นนั้นหรือครับ*

ท่านอาจารย์ ใช่แล้ว มันคือจิตที่สืบเนื่องจากชาติหนึ่งไปยังอีกชาติหนึ่งและได้นำเอาสังขารต่างๆ ไปด้วย ถ้าผู้ใดสามารถชำระจิตไปจนถึงขั้นที่บริสุทธิ์อย่างยิ่ง ก็จะมีพลังสามารถระลึกถึงเหตุการณ์จริงที่เกิดขึ้นในอดีตชาติได้

ถาม *มนะกับจิตต่างกันไหมครับ*

ท่านอาจารย์ ต่างกันแค่ชื่อ จิตก็คือมนะ คำว่า มนะ จิต และ วิญญาณ ทั้งสามคำนี้มีความหมายเหมือนกัน

ถาม *ทำไมอาสนะของผู้ช่วยอาจารย์จึงเป็นสีขาว แล้วของผู้ปฏิบัติเป็นสีน้ำเงินล่ะคะ (หัวเราะ)*

ท่านอาจารย์ (หัวเราะ) เพราะมีความแตกต่างกันระหว่างผู้ช่วยอาจารย์กับผู้ปฏิบัติ ฉะนั้น อาสนะจึงต้องแตกต่างกันด้วย

ถาม *ผมทำงานที่ชอบปีละ 5 เดือน ที่เหลือก็มารับใช้ธรรมะในศูนย์ฯ ซึ่งเป็นสิ่งที่ผมชอบมากเช่นกัน แต่ผมรู้สึกว่าตัวเองไม่มีความรับผิดชอบเลย เพราะไม่ได้เก็บออมเงินไว้สำหรับอนาคต ท่านคิดว่าการอยู่ในศูนย์เป็นเวลานานๆ จะดีหรือเปล่าครับ*

ท่านอาจารย์ ถ้าท่านรู้สึกว่าตัวเองไม่มีความรับผิดชอบ ก็ควรจะกลับไปรับผิดชอบ

เสีย ทำไมจะต้องรู้สึกเช่นนี้ ถ้าท่านรู้สึกว่าต้องเก็บออมเงินเพื่ออนาคต แทนที่จะทำงาน 5-6 เดือน ก็ให้ทำงานเพิ่มขึ้นอีกสักเดือนเก็บเงินเพื่ออนาคต แล้วเวลาที่เหลือจึงค่อยมาช่วยงานศูนย์ ❖



คำกล่าวเปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

9 มกราคม 2540

ความชื่นบานจากธรรมะ

นมัสการพระคุณเจ้าและลูกๆ ทางธรรมทั้งหลาย

ภารกิจที่ท่านทำจะสำเร็จลุล่วงลงไปได้นั้น ต้องมีความชื่นบานเป็นสำคัญ ถ้าหากที่ใดมีธรรมะ ที่นั่นย่อมต้องมีความชุ่มชื่นเบิกบาน สิ่งที่จะเป็นเครื่องชี้วัดก็คือ ต้องมีความชุ่มชื่นเบิกบานในชีวิต ท่านมาที่นี่เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ แต่ถ้าท่านยึดติดอยู่กับความคิดเห็นของตัวเอง แล้วโต้เถียงว่าสิ่งที่ท่านพูดนั้นถูกต้อง ท่านก็จะสูญเสียความชื่นบานทั้งหมดไป

ท่านควรจะจดจำพุทธพจน์ของพระผู้มีพระภาคเจ้าที่ว่า จงเป็นดั่งเช่นนมกับน้ำที่ผสมเป็นเนื้อเดียวจนไม่อาจแยกจากกันได้ มีแต่ความหวานละมุน ธรรมะในทุกๆ แง่มุมก็ต้องเต็มเปี่ยมไปด้วยความเบิกบานกลมเกลียวเสมอ

บางครั้งท่านอาจพลั้งเผลอใช้คำพูดที่รุนแรงเพื่อยืนกรานความเห็นของตนเอง ถ้าท่านรู้ตัวว่าได้ทำร้ายผู้อื่น แต่กลับคิดเสียว่า "จะทำอย่างไรได้ก็ฉันถูกนี่ เขาต่างหากที่ไม่เข้าใจ" แสดงว่าในความคิดของท่านยังคงเต็มไปด้วยความขุ่นเคือง อย่าพยายามหาเหตุผลมาแก้ตัว แต่ขอให้ยอมรับว่า "ฉันได้ทำผิดไปแล้ว ไม่ว่าจะด้วยความไม่รู้ หรือความอ่อนแอของตัวฉันเองที่ปล่อยให้มารเข้าครอบงำก็ตาม คราวต่อไปฉันจะระวังไม่ให้เกิดเรื่องเช่นนี้อีก" ขอให้ใช้ความเมตตาเข้าเยียวยา

การที่ท่านรู้ตัวว่าได้กระทำผิดและเกิดความรู้สึกเมตตาขึ้นมารวดเร็วเพียงใด แล้วความรู้สึกเมตตานั้นมีอยู่นานเท่าไรและลึกซึ้งเพียงใด คือสิ่งที่จะชี้วัดความก้าวหน้าของท่าน จงเข้าใจให้ดีและช่วยกันรักษาบรรยากาศของธรรมะและความชื่นบานเอาไว้

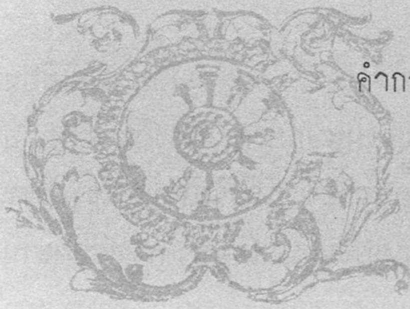
การที่พวกท่านทั้งหลายมาประชุมกันที่นี่ ก็เพราะมีความปรารถนาที่จะให้ธรรมะได้เผยแผ่ออกไปให้กว้างไกล เหตุใดพวกท่านจึงมีความปรารถนาเช่นนั้น มิใช่เพื่อการก่อตั้งลัทธินิกาย เพราะถ้าหากมีการก่อตั้งเป็นลัทธินิกายขึ้น ผู้คนก็จะพากันเรียกตัวเองเป็นชาว

พุทธมากขึ้นเรื่อยๆ แล้วนั่นจะให้ประโยชน์อะไร ใครจะเรียกตัวเองว่า ฮินดู มุสลิม คริสเตียน พุทธ หรือยิว ก็ไม่ได้แตกต่างกันตรงไหน ตราบใดที่ในใจของมนุษย์ยังคงสร้างกิเลส อกุศล และความทุกข์เรื่อยไป ถึงคนๆ นั้นจะเรียกตัวเองด้วยชื่อนั้นชื่อนี้ แล้วจิตใจของเขาล่ะจะเปลี่ยนแปลงหรือเปล่า เปล่าเลย ก็ยังเหมือนเดิม มีความเคยชินแบบเดิมๆ การเรียกขานด้วยชื่อต่างๆ จึงไม่ช่วยอะไร เราต้องเปลี่ยนแปลงนิสัยเก่าๆ ของจิตโดยอาศัยวิปัสสนาวิธีการปฏิบัติอันมหัศจรรย์ ซึ่งเมื่อได้ลงมือปฏิบัติแล้ว ก็จะรู้ว่า "โอ้ ได้ผลจริงๆ มันช่วยชำระจิตของฉันได้ ถึงแม้จะเพียงเล็กน้อย ไม่ว่ากิเลสจะหลุดลอกออกไปเท่าไร ความทุกข์ก็เบาบางขึ้นเท่านั้น ช่างเป็นวิธีการที่วิเศษเหลือเกิน ทุกคนในโลกนี้ล้วนมีแต่ความทุกข์ ขอให้ผู้คนมากขึ้นๆ จงได้มาเรียนรู้วิธีการปฏิบัติอันมหัศจรรย์นี้ และหลุดพ้นจากความทุกข์ด้วยเถิด"

เมื่อท่านเห็นผู้อื่นได้พบกับความสุข ความสงบ และความสมัครสมานอย่างแท้จริง มุทิตาจิตก็จะเกิดขึ้น การได้เห็นผู้อื่นมีความสุข ย่อมจะทำให้ท่านพลอยมีความสุข และความสุขนี้ก็มีแต่จะเพิ่มพูนขึ้น ท่านยิ้มแย้มที่ได้เห็นผู้คนมากมายยิ้มแย้ม ท่านมารับใช้ผู้อื่นก็ด้วยจุดประสงค์นี้ ไม่ใช่มาเพื่อเพิ่มพูนอัตตา หรือหวังในสถานภาพ อำนาจ ตำแหน่ง ไม่ว่าท่านจะมารับใช้ในหน้าที่ความรับผิดชอบใด ก็เพื่อทำให้ตัวเองมีความสุขยิ่งขึ้น รวมถึงคนอื่นๆ ด้วย นี่แหละคือธรรมะ

ขอให้จดจำเอาไว้และทำงานต่อไป จงเผยแผ่ธรรมะอันมหัศจรรย์นี้เพื่อความดีงามของตัวท่านเอง และเพื่อความดีงามของคนทั้งหลายที่กำลังเผชิญกับความทุกข์ ขอให้ธรรมะที่บริสุทธิ์จงแผ่ขยายไป ขอให้ผู้คนมากขึ้นๆ จงได้เข้ามาปฏิบัติธรรม เพื่อความสุขสงบที่แท้จริง ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



คำกล่าวปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

11 มกราคม 2540

ศักราชใหม่ของธรรมะ

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งหลาย

ช่วงสองสามวันที่ผ่านมา พวกท่านได้มีการประชุมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นประจำปีกัน องค์กรทุกองค์กรต่างก็มีพิธีกรรมและพิธีการต่างๆ เฉพาะตน และการประชุมสามัญประจำปีก็เป็นส่วนหนึ่งในนั้น เช่น มีการอ่านรายงานต่างๆ มีการเลือกตั้งคณะกรรมการ มีการลงมติ และก็ต้องมีคำกล่าวเปิดและปิดการประชุม

แต่องค์กรของเราเป็นองค์กรธรรมะ เราจำเป็นจะต้องมีกระบวนการสำรวจตรวจสอบตนเองตลอดเวลาชนิดวันต่อวัน ไม่ใช่แค่ปีละครั้ง ไม่ใช่เรื่องผิดอะไรที่เราจะมาร่วมประชุมเพื่อปรึกษาหารือกันในช่วงต้นปี แต่อย่าให้กลายเป็นแค่เรื่องของพิธีกรรมหรือพิธีการ เราจะต้องให้ผลของการประชุมเกิดประโยชน์แก่ผู้อื่นอย่างแท้จริงด้วย ที่ผ่านมาอาจมีข้อผิดพลาดบางอย่างเกิดขึ้น ตอนนี้เราจึงต้องหาทางป้องกันไม่ให้มันเกิดขึ้นอีกในอนาคต ในทำนองเดียวกันก็มีสิ่งดีๆ เกิดขึ้นด้วย ดูซิว่าเราจะหาทางเพิ่มพูนมันได้อย่างไร

ตอนนี้เรากำลังอยู่ในระหว่างการทดลอง เพราะมันก็เป็นเรื่องใหม่สำหรับข้าพเจ้าเหมือนกัน สิ่งที่เราได้เรียนรู้มาจากพระอาจารย์แลดีจวบจนถึงปัจจุบันนั้น เป็น 2,500 ปีแห่งประวัติศาสตร์ที่ผ่านพ้นไปแล้ว ข้าพเจ้าโชคดีที่ได้มีโอกาสอยู่ในช่วงเริ่มต้นของ 2,500 ปีหลังที่ธรรมะจะเจริญงอกงาม ซึ่งเวลานี้ธรรมะก็กำลังแผ่ขยายออกไปแล้ว แน่นอนการเจริญเติบโตย่อมต้องมาพร้อมๆ กับความยากลำบากและปัญหา ข้าพเจ้าหรือลูกๆ ทางธรรมทั้งชายหญิงอาจจะทำอะไรผิดพลาดไป แต่เราก็ต้องเรียนรู้จากความผิดพลาดนั้น

ปีที่แล้วเราก็ได้ทดลองทำบางสิ่งอย่างซึ่งให้ผลดี และเราก็ได้เรียนรู้จากสิ่งนั้น ปีนี้เราจะยังคงทดลองต่อไป เป้าหมายก็เพื่อช่วยให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ได้รับประโยชน์สูงสุดจากธรรมะ

ในปีนี้เราจะให้อาจารย์แบ่งกันดูแลรับผิดชอบศูนย์ฯ แต่ละแห่งอย่างเต็มที่ แล้วปีหน้า

เราก็อาจจะขอให้อาจารย์คนอื่นๆ ได้ผลัดกันเข้ามาทำหน้าที่ เพราะเราต้องฝึกอาจารย์เพิ่มมากขึ้นๆ สำหรับอาจารย์ที่ไม่ได้มีหน้าที่ดูแลศูนย์ฯ เราก็จะให้ทำงานในโครงการต่างๆ เราจะทดลองทำเช่นนี้ต่อไปเรื่อยๆ เพื่อจะได้ส่งต่อวิธีการที่ดีที่สุดในการเผยแผ่ธรรมะให้แก่คนรุ่นหลัง

อีกสองปีก็จะถึงปีพ.ศ. 2542 (ค.ศ. 1999) ซึ่งเป็นปีที่มีความสำคัญ เพราะนอกจากจะเป็นปีที่ครบรอบ 100 ปีชาตกาลของท่านอาจารย์อูบาขิ่น บิดาทางธรรมของข้าพเจ้าแล้วยังเป็นปีที่เราจะนำพาวิปัสสนาไปสู่สหัสวรรษใหม่ด้วย การเผยแผ่วิปัสสนาต้องเป็นไปอย่างเข้มแข็งและบริสุทธิ์ เพื่อจะได้สามารถรับใช้ผู้คนต่อไปตราบนานเท่านาน เพื่อความดีงามและประโยชน์สุขของผู้คนจำนวนมาก ขอให้เราจงเป็นสื่อกลางที่ดีในการเผยแผ่ธรรมะ ขอให้พวกท่านทั้งหลายจงได้รับพลังที่แท้จริงจากธรรมะและเข้มแข็งขึ้นๆ เพื่อที่จะได้สามารถรับใช้ธรรมะได้ดีกว่าที่ผ่านมา ข้าพเจ้ารู้สึกพอใจกับสิ่งต่างๆ ที่ได้ทำกันมา แต่นั่นก็เป็นเพียงแค่การเริ่มต้นที่ดีเท่านั้น ยังมีอะไรต้องทำอีกมาก

งานหนึ่งที่เราต้องทำให้ลุล่วงก็คืองานด้านปริยัติ เราได้ตรวจแก้และกำลังจะจัดพิมพ์งานบาลีทั้งหมดประมาณ 140 เล่มในรูปของอักษรเทวนาครี เราต้องการจะรวบรวมและจัดพิมพ์งานพระพุทธพจน์ทั้งหมดที่มีอยู่ในภาษาสันสกฤตและภาษาอื่นๆ รวมทั้งเรื่องราวที่จารึกอยู่ในใบลาน เพื่อจะได้นำมาศึกษาเปรียบเทียบกัน นอกจากนี้ เรายังต้องการจะศึกษาว่า เหตุใดวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาอันแสนวิเศษและให้ผลดีเยี่ยมนี้จึงได้สูญสิ้นไปจากประเทศอินเดียและประเทศอื่นๆ เราไม่ต้องการที่จะติเตียนใคร แต่ก็ต้องค้นหาความจริง เพื่อหาทางป้องกันไม่ให้เหตุการณ์เช่นนั้นเกิดขึ้นอีกในอนาคต

เรามีงานมากมายที่จะต้องทำ เพื่อให้สิ่งที่กล่าวมานี้สำเร็จลงได้ ครอบครัวธรรมะของเรากำลังขยายใหญ่ขึ้นเรื่อยๆ และการวางแผนครอบครัวก็ไม่ใช่เรื่องของเรา ! เพราะธรรมะจะต้องแผ่ขยายออกไป ครอบครัวธรรมะจึงต้องเติบโตขึ้นเรื่อยๆ และความร่วมมือร่วมใจของผู้คนนับไม่ถ้วนนี้ จำเป็นต้องอาศัยพลังความเข้มแข็งจากธรรมะที่บริสุทธิ์ จึงจะสำเร็จลงได้

ขอให้ธรรมะจงเจริญงอกงาม และขอให้ลูกๆ ทั้งหลายของข้าพเจ้าจงเจริญงอกงามในธรรมเพื่อจะได้รับใช้และช่วยเหลือผู้อื่น ขอให้พวกท่านจงบำเพ็ญบารมีไปพร้อมๆ กับช่วยเหลือผู้คนจำนวนมากให้พ้นจากความทุกข์ ขอให้ธรรมะจงแผ่ขยายไปทั่วโลก ขอให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ จงหลุดพ้นจากความทุกข์ และได้รับประโยชน์จากพระธรรมคำสอนของ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยเทอญ ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



ที่มุมไบ ประเทศอินเดีย

20 กรกฎาคม 2540

ภารกิจเบื้องหน้า

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งหลาย

วันนี้พวกท่านได้มาประชุมร่วมกันที่นี่ ด้วยความเสียสละและความตั้งใจที่จะวางแผนงานเพื่อช่วยกันเผยแผ่ธรรมะที่บริสุทธิ์ เมื่อ 28 ปีก่อน ข้าพเจ้าเคยสงสัยว่าธรรมะที่บริสุทธิ์จะเป็นที่ยอมรับในแผ่นดินที่ได้ให้กำเนิดลัทธินิกายมากมายเช่นนี้หรือไม่ อย่างไรก็ตามประสบการณ์ 28 ปีที่ผ่านมาแสดงให้เห็นว่า ยังมีผู้คนที่นี่ซึ่งไม่ได้ฝักใฝ่ในเรื่องของลัทธินิกายพร้อมที่จะอุทิศพลังและความสามารถของตน เพื่อให้ธรรมะที่บริสุทธิ์ได้ฟื้นคืนกลับมาอีกครั้ง แม้บุคคลเช่นว่านี้จะมีอยู่เพียงน้อยนิด แต่ก็จะเพิ่มจำนวนขึ้นเรื่อยๆ แล้วคนทั้งหลายในประเทศนี้และทั่วทั้งโลกก็จะได้รับประโยชน์

เมื่อ 1,500 ปีที่แล้ว เราได้ทำให้ประเทศของเราต้องอยู่ในสภาพที่น่าอนาถ มีแต่อธรรมในนามของธรรมะ เมื่อใดที่เราลดค่าของธรรมะลงเป็นลัทธินิกาย ผู้คนก็จะละทิ้งการปฏิบัติที่แท้จริง หันไปสนใจเพียงแค่เปลือกนอกอันฉาบฉวย ถึงแม้พิธีกรรมและประเพณีจะมีความสำคัญโดยตัวของมันเอง แต่ก็ไม่มีอะไรเกี่ยวข้องกับธรรมะที่แท้จริง มันเป็นเพียงความจำเป็นทางสังคม ขณะที่ธรรมะคือหลักศีลธรรมจรรยา ซึ่งการจะมีชีวิตอยู่อย่างมีศีลธรรมนั้น เราต้องรู้จักควบคุมจิตใจและชำระจิตให้บริสุทธิ์ในระดับรากเหง้า เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงนิสัยความเคยชินเก่าๆ หากไม่ทำเช่นนี้แล้ว ก็เท่ากับว่าเรากำลังหลอกตัวเองอยู่เท่านั้น ชีวิตมนุษย์นั้นมีค่านัก อย่าปล่อยให้สูญเปล่า

ผู้ที่รักษาศีล เจริญสมาธิ และพัฒนาปัญญา เพื่อชำระจิตของตนให้บริสุทธิ์จริงๆ นั้นย่อมไม่สนใจเรื่องของลัทธินิกายใดๆ เขาอาจเรียกขานตัวเองในชื่อนั้นชื่อนี้ ซึ่งก็มิใช่สาระสำคัญอะไร เป้าหมายของเขานั้นชัดเจนอยู่แล้ว คือการใช้ชีวิตมนุษย์ชีวิตนี้อย่างมีคุณค่าเพื่อพัฒนาตนให้อยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา และช่วยเผยแผ่สาส์นแห่งธรรมไปยังมนุษยชาตินี่คือสาระของธรรมะ หากหลงลืมมันไป ก็เท่ากับหลงลืมเป้าหมายในการฟื้นฟูธรรมะให้

กลับคืนมาอีกครั้ง

ขอให้จดจำประสบการณ์เมื่อ 28 ปีก่อนไว้ให้ดี ตอนนี้เรามาวางแผนอนาคตกันว่ามีงานอะไรที่จะต้องทำบ้าง และจะทำอย่างไร เราต้องก้าวเดินไปช้าๆ แต่ด้วยความเข้มแข็งมั่นคง

ก่อนอื่นท่านต้องสำรวจดูศีล สมาธิ ปัญญาของท่าน หากพบว่ายังมีข้อบกพร่อง ก็จงยอมรับและพยายามปรับปรุงให้ดีขึ้น เช่นนี้ท่านจึงจะก้าวหน้า แต่ถ้าท่านไม่ยอมรับข้อบกพร่องของตัวเองท่านก็จะไม่สามารถก้าวหน้าไปได้ อัตตาอาจเกิดขึ้นในนามของธรรมะจนทำให้ท่านคิดว่า "ดูสิ ฉันมีศรัทธาในศีล สมาธิ ปัญญา ฉันเป็นผู้ที่มีธรรมะอย่างยิ่ง" แท้จริงนั้นท่านจะเป็นผู้ที่มีธรรมะได้ก็ต่อเมื่อท่านปฏิบัติธรรม เป้าหมายชีวิตของท่านควรจะอยู่ที่การพัฒนาธรรมะในตนให้เข้มแข็งขึ้น ผู้ที่ไม่มีเป้าหมายเช่นนี้ จะไม่มีทางช่วยเหลือผู้อื่นให้พัฒนาธรรมะได้ จงยอมรับข้อบกพร่องของตนเอง แล้วพยายามแก้ไขเสีย ถ้ามีคนมาชี้ข้อผิดพลาดของท่าน ก็อย่าเพิ่งเสียกำลังใจ ขอให้ตรวจสอบตัวเองดูว่ามีความผิดพลาดเช่นนั้นจริงหรือไม่ ถ้ามี สิ่งแรกที่ท่านควรทำคือ ขอบคุณคนผู้นั้น แล้วพยายามแก้ไขข้อผิดพลาดดังกล่าว แต่ถ้าท่านมิได้มีความผิดเช่นนั้น ก็ขอให้เมตตาต่อคนผู้นั้น และคิดว่า "บางทีเขาคงจะมีแต่เรื่องทุกข์ใจ ก็เลยมองอะไรในแง่ร้ายไปหมด"

ภารกิจมากมายที่เราจะมอบหมายกันในวันนี้ จะสำเร็จลงได้ก็ต่อเมื่อเราปราศจากอัตตา อย่าให้ความสำคัญกับตัวเอง แต่จงให้ความสำคัญกับธรรมะเท่านั้น ขอให้ผู้รับใช้ธรรมะทุกท่านจงระลึกเอาไว้เมื่อจะพิจารณาช่วยงานใดๆ

สิ่งสำคัญประการหนึ่งที่ควรพิจารณาคือ ท่านมีเวลาช่วยงานมากน้อยเพียงใด ท่านอาจมีความปรารถนาอย่างจริงใจที่จะรับใช้ธรรมะ แต่ไม่มีเวลาอุทิศให้ ถ้าเช่นนั้นก็ควรปล่อยให้ผู้อื่นทำไป ทุกคนล้วนมีเวลาที่จำกัด จงยอมรับความจริงนี้อย่างซื่อสัตย์ เพราะถ้าท่านรับงานไปแล้ว ไม่สามารถสละเวลาให้ได้ แทนที่จะเป็นการช่วย กลับจะทำให้เกิดความเสียหายขึ้นได้

ประการที่สอง ขอให้ตรวจสอบดูว่าท่านมีความสามารถที่จะทำงานนั้นให้สำเร็จลุล่วงได้หรือไม่ ถ้าท่านกระตือรือร้นที่จะอาสาทำงานซึ่งเกินกำลังความสามารถของตนเอง แทนที่จะเป็นการช่วย ก็กลับจะทำให้เกิดความเสียหายได้อีกเช่นกัน

สำหรับประการที่สาม ขอให้จดจำไว้ให้ดี ทั้งในขณะนี้และภายภาคหน้าเมื่อข้าพเจ้าไม่อยู่แล้ว นั่นคือ จะต้องไม่มีใครทำงานธรรมะเพื่อสนองอัตตาตนเอง หรือเพื่อหวังตำแหน่ง

ใดๆ ในสถาบันอื่นๆ ของสังคมอาจจะมีการเพิ่มเติมชื่อคนใดคนหนึ่งเข้าไปในคณะกรรมการด้วยเหตุผลดังกล่าว แต่ต้องไม่ใช่ในสถาบันธรรมะ เราควรจะมอบหมายงานให้แก่ผู้อาสาที่มีความอ่อนน้อมถ่อมตน ที่มั่นใจว่าตนเองมีเวลาและศักยภาพที่จะทำงานให้สำเร็จได้ จงจำข้อนี้ไว้ให้ดี มิฉะนั้นธรรมะจะมัวหมองได้ ไม่เป็นไรหรอก ถ้าหากการเผยแผ่ธรรมะจะล่าช้าไปบ้าง บางทีก็อาจต้องใช้เวลาถึงอีกหนึ่งหรือสองชั่วอายุคนกว่าจะสำเร็จลุล่วง แต่ขอให้ธรรมะได้เผยแผ่ไปในรูปแบบที่บริสุทธิ์ หากท่านรับใช้ธรรมเช่นนี้ อุทิศเวลาและพลังเท่าที่มีเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น ก็เท่ากับว่าท่านได้เริ่มก้าวหน้าไปบนหนทางนี้ และใช้ความเป็นมนุษย์ในชีวิตนี้อย่างมีค่ายิ่งแล้ว

เรายังมีภารกิจอีกมากมายรออยู่เบื้องหน้า ปีพ.ศ. 2542 (ค.ศ. 1999) จะเป็นปีสำคัญที่ครบรอบวันเกิด 100 ปีของท่านอาจารย์อูบาขิ่น จงเข้าใจว่าแค่การเฉลิมฉลองวาระดังกล่าวยังไม่เพียงพอ เราต้องจดจำภารกิจในชีวิตของท่านอาจารย์อูบาขิ่นให้ได้ นั่นคือการเผยแผ่ธรรมะที่บริสุทธิ์ ซึ่งความพยายามนี้จะสำเร็จลุล่วงได้ เราจะต้องเตรียมความพร้อมอีกมาก

ภารกิจใหญ่ประการหนึ่งคือ การสร้างพระมหาเจดีย์ เวลานี้มีคำถามเกิดขึ้นว่า พระเจดีย์นี้จะไม่กลายเป็นสัญลักษณ์ของลัทธินิกายหรอกหรือ นี่มิใช่การเดินไปสู่หนทางที่อันตรายหรอกหรือ

มีเหตุผลหลายประการที่เราควรจะสร้างพระมหาเจดีย์ ประการแรกคือ เพื่อเป็นที่บรรจุพระบรมสารีริกธาตุของพระพุทธเจ้า ซึ่งก็จะช่วยให้ผู้คนจำนวนมากได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติวิปัสสนาในบริเวณนั้น จากประสบการณ์ของข้าพเจ้าและคนอื่นๆ พบว่า ถ้าได้ปฏิบัติวิปัสสนาในที่ๆ มีพระบรมสารีริกธาตุของพระพุทธเจ้า ซึ่งมีกระแสสั่นสะเทือนที่ดีมาก ก็จะทำให้การปฏิบัติก้าวหน้าง่ายขึ้น เป็นโชคดีของเราที่ได้รับพระบรมสารีริกธาตุบางส่วน ซึ่งแต่เดิมค้นพบในสถูปสาญจี แล้วนำไปเก็บรักษาไว้ที่พิพิธภัณฑ์ในกรุงลอนดอน ต่อมาชาวศรีลังกาท่านหนึ่งที่ไปเยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์ดังกล่าว ได้ขอให้อังกฤษส่งมอบพระบรมสารีริกธาตุนี้กลับคืนสู่ถิ่นฐานเดิมที่เหมาะสม ซึ่งรัฐบาลอังกฤษก็ยินยอม

ก่อนที่พระบรมศาสดาจะเสด็จดับขันธ์ปรินิพพาน พระอานนท์ได้ทูลถามว่า "ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ จะให้เหล่าข้าพระองค์ปฏิบัติอย่างไรกับพระสรีระของพระองค์พระเจ้าข้า" พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสตอบว่า "ท่านจงเผาร่างนี้เช่นเดียวกับร่างของคนทั้งหลาย และเก็บอัฐิไว้ในสถูปที่เมืองใหญ่แห่งใดก็ได้ และพวกท่านก็จะสามารถไปบำเพ็ญภาวนาในบริเวณนั้นได้ ส่วนผู้ที่ไม่รู้เรื่องการบำเพ็ญภาวนาก็จะพากันมาสักการะด้วยความเคารพ"

นี้เป็นหนึ่งในปัจฉิมวาจาของพระองค์

เมื่อครั้งที่พระบรมสารีริกธาตุถูกส่งไปประเทศอังกฤษนั้น นับเป็นความสูญเสียอย่างใหญ่หลวงของประเทศเรา เพราะพระบรมสารีริกธาตุควรจะเก็บรักษาบูชาไว้ในสถานที่ที่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาและไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนา สามารถแสดงความเคารพสักการะและแสดงความกตัญญูต่อพระมหาบุรุษ ผู้ซึ่งได้ประทานหนทางอันบริสุทธิ์นี้ให้แก่เรา ฉะนั้น พระมหาเจดีย์นี้จะใช้เป็นที่ประดิษฐานพระบรมสารีริกธาตุ โดยเรายังจะสร้างห้องโถงใหญ่ที่สามารถรองรับผู้ปฏิบัติได้พร้อมๆ กันถึงหมื่นคนด้วย

อีกเหตุผลหนึ่งของการสร้างสถูปนี้คือ ตลอด 1,500 ปีที่ผ่านมาในประเทศอินเดียนั้น เรื่องราวของพระพุทธเจ้าได้ถูกบิดเบือนไป ส่วนใหญ่เป็นเพราะความไม่รู้และเหตุผลที่เห็นแก่ตัวบางอย่าง พระธรรมคำสอนแท้ๆ ก็สูญสิ้นไป พระพุทธองค์ทรงกลายมาเป็นเพียงอวตารของเทพในศาสนาฮินดูที่มีคุณลักษณะทั้งดีและร้าย แต่เชื่อกันว่าทรงอุบัติขึ้นจากด้านร้าย คำสอนทั้งหมดของพระองค์จึงถูกมองในแง่ไม่ดี

ฉะนั้น เป้าหมายของเราในการสร้างพระมหาเจดีย์ก็คือ เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับคำสอนที่แท้จริงของพระผู้มีพระภาคเจ้า รวมทั้งให้ข้อมูลว่าพระองค์ทรงเป็นบุคคลเช่นไร เรายังจะสร้างหอศิลป์ขึ้นในนี้ด้วย โดยจะจัดแสดงภาพเหตุการณ์สำคัญๆ ในพุทธประวัติ รวมทั้งเรื่องราวในคำสอนที่เด่นๆ ของพระองค์ และก็จะมีเฉพาะเรื่องราวเหล่านี้เท่านั้น ไม่มีอย่างอื่น ผู้คนนับพันจะพากันมายังอนุสรณ์สถานอันใหญ่โตนี้ และเมื่อพวกเขาได้เข้ามาในหอศิลป์ ก็อาจจะมีบางคนเกิดแรงบันดาลใจที่จะเข้ารับการอบรมวิปัสสนา ในจำนวนผู้เข้าชมหมื่นคน ถ้ามีเพียง 10 คนที่ได้เข้ารับการอบรม ทั้ง 10 คนนี้ก็ย่อมจะได้รับประโยชน์ ส่วนคนอื่นๆ นั้นอย่างน้อยก็ได้เรียนรู้คำสอนของพระพุทธเจ้า

ขอให้จดจำไว้ต่อไปในภายภาคหน้าว่า จะต้องไม่มีการใช้พระเจดีย์นี้เพื่อกิจของลัทธินิกายใด ต้องไม่อนุญาตให้พระเข้ามาประกอบพิธีกรรม หรือใครเข้ามาแสวงหาประโยชน์ มิฉะนั้นจะเป็นการทำบาปอย่างมหันต์ และผู้ที่มีส่วนช่วยในการทำบาปนี้ ก็ย่อมจะต้องได้รับผลกรรมไปด้วย ผู้ที่เป็นนักปฏิบัติ อาจมาที่นี่เพื่อปฏิบัติ ส่วนคนอื่นๆ อาจมาเพื่อเรียนรู้เรื่องราวและคำสอนของพระพุทธเจ้า เราจะไม่อนุญาตให้ทำอย่างอื่นนอกเหนือไปจากนี้ ไม่อนุญาตให้มีการจัดตั้งเป็นลัทธินิกายหรือศาสนาใดๆ

เหตุผลอีกประการในการสร้างพระมหาเจดีย์คือ ปัจจุบันวิปัสสนากำลังค่อยๆ เผยแผ่ไปในประเทศที่ผู้คนเรียกขานตัวเองว่าพุทธศาสนิกชน แต่กลับเป็นที่ซึ่งการปฏิบัติวิปัสสนา

ได้สูญสิ้นไปแล้ว พระมหาเจดีย์นี้จะมีบทบาทสำคัญในการช่วยให้วิปัสสนาเผยแผ่ไปยังประเทศเหล่านี้ เช่นเดียวกับที่ผู้ที่ศรัทธาในพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ไปเยือนเมืองพุทธคยา สารนาถ และสถานที่อื่นๆ ในอินเดีย พวกเขาจะมาที่พระมหาเจดีย์แห่งนี้ เพื่อแสดงความเคารพต่อพระบรมสารีริกธาตุในฐานะของผู้แสวงบุญ และก็จะเกิดความตื่นรู้ที่นี่ ได้เรียนรู้คำสอนที่แท้จริงของพระผู้มีพระภาคเจ้าด้วยตนเอง มิใช่เป็นเพียงแค่ประกาศความเป็นพุทธศาสนิกชนด้วยการกราบพระพุทธรูปหรือจุดประทีปบูชา แต่จะค่อยๆ ตระหนักขึ้นเรื่อยๆ ว่า การจะเจริญในธรรมของพระพุทธเจ้าได้อย่างแท้จริงนั้น เขาจะต้องปลุกปัญญาของตนให้ตื่นรู้ ผู้คนจำนวนมากที่ได้รับแรงบันดาลใจจากพระมหาเจดีย์นี้ จะเริ่มก้าวเดินไปบนหนทางธรรม ทั้งยังจะเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้อื่นได้เข้ามาก้าวเดินไปบนหนทางนี้อีกด้วย

การก่อสร้างพระมหาเจดีย์เป็นภารกิจใหญ่ที่ต้องใช้งบประมาณมหาศาล ข้าพเจ้าคิดว่าเรื่องระดมทุนควรเป็นโครงการระดับโลก ซึ่งบุคคลทั่วไปที่ไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนา ทั้งจากในประเทศอินเดียและส่วนอื่นๆ ของโลก สามารถมีส่วนร่วมในการบริจาคได้ แต่ถ้าเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนา ก็จะต้องเป็นเงินบริจาคที่มาจากศิษย์เก่าเท่านั้น ขอให้จดจำกฎข้อนี้ไว้ให้ดีต่อๆ ไปในภายภาคหน้า การบริจาคเพื่อศูนย์วิปัสสนาและการอบรมนอกศูนย์ฯ จะต้องมาจากศิษย์เก่าที่มอบให้ด้วยความบริสุทธิ์ใจเท่านั้น ธรรมะจึงจะคงความบริสุทธิ์และแผ่ขยายออกไปได้ แต่ถ้าเป็นการบริจาคเพื่อกิจกรรมที่เผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับวิปัสสนา เช่น โครงการซีดีรอม การจัดพิมพ์พระไตรปิฎก และการก่อสร้างพระมหาเจดีย์ ไม่ว่าใครก็สามารถมีส่วนร่วมได้

นี่เป็นภารกิจที่ใหญ่มากจริงๆ ถึงแม้ว่าจะรวบรวมเงินมาได้ แต่การดำเนินการก่อสร้างก็เป็นเรื่องยาก แม้แต่ในเวลาที่เราสร้างศูนย์เล็กๆ ก็ยังต้องเผชิญกับปัญหามากมาย และผู้คนต้องทุ่มเทเวลาให้ไม่น้อย แต่นี่เป็นโครงการมหึมา ซึ่งต้องอาศัยผู้คนจำนวนมากที่จะทุ่มเทและสละเวลาให้ได้

เมื่อพระมหาเจดีย์ตั้งตระหง่านแล้ว เราต้องเชิญผู้ทรงวุฒิจากประชาคมต่างๆ ทั่วโลกมาเยือน เพื่อให้พวกเขาได้รับรู้ถึงสาระสำคัญของหนทางอันบริสุทธิ์นี้ เราจะต้องต้อนรับพวกเขาอย่างสมเกียรติ และนั่นก็จะเป็นความรับผิดชอบต่อไปของเรา

ตลอดระยะเวลา 28 ปีที่ผ่านมา ผู้คนทั่วโลกต่างให้การยอมรับพระธรรมคำสอนในส่วนของการปฏิบัติ ตอนนี้ถึงเวลาที่จะฟื้นฟูในส่วนของปริยัติแล้ว ในปีพ.ศ. 2528 เราได้ก่อตั้งสถาบันวิปัสสนาวิจัยขึ้น โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อเผยแผ่คำสอนที่แท้จริงของพระพุทธเจ้า

ในส่วนที่เป็นทฤษฎีให้แก่มนุษยชาติ ปัจจุบันคำสอนเหล่านี้ได้รับการตีพิมพ์ออกมาหลายเล่มด้วยกัน นอกจากนี้ยังมีในรูปของแผ่นซีดีรอม รวมทั้งที่แปลเป็นภาษาอื่นๆ ตามต้นฉบับดั้งเดิมด้วย ก่อนหน้านี้อาจมีการแปลผิดไป ซึ่งจะด้วยเจตนาหรือความสะเพร่า เราก็ไม่อาจบอกได้ แต่อีกไม่นานจะมีชุดที่แปลอย่างถูกต้องออกมา ทั้งหมดนี้คืองานหลัก

ข้าพเจ้าเชื่อว่าจะต้องมีผู้ที่เห็นแย้งเป็นแน่ แต่เราต้องไม่กลัวที่จะเผชิญกับคำคัดค้านนั้นด้วยความเมตตากรุณา เราจะยังคงปฏิบัติและดำเนินการอบรมธรรมะในรูปแบบที่บริสุทธิ์ต่อไป โดยจะไม่ยอมให้มีการบิดเบือนใดๆ ธรรมะนั้นเป็นของคนทุกคน ไม่ได้จำกัดอยู่แค่เฉพาะนิกายใดนิกายหนึ่ง ความรู้เกี่ยวกับวิปัสสนาในส่วนที่เป็นทฤษฎีควรจะแพร่หลายไปในหมู่มนุษยชาติ และเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์นี้ ก็ควรจะจัดให้มีการสัมมนาขึ้นในประเทศอินเดีย โดยเชิญผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านภาษาบาลีจากทั่วโลกมาร่วม เพื่อให้พวกเขาได้ประจักษ์แจ้งในคำสอนที่บริสุทธิ์ของพระพุทธองค์ด้วยตนเอง นอกจากนี้เรายังมีงานอีกอย่างคือ การจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเพิ่มขึ้น เพื่อให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นได้มีโอกาสฝึกปฏิบัติสมาธิที่แท้จริง

งานสำคัญอีกอย่างที่ข้าพเจ้าอยากจะเห็นความสำเร็จในอีกสองปีข้างหน้าก็คือ ความคืบหน้าในการก่อสร้างศูนย์ต่างๆ บนที่ดินทุกแห่งที่ได้ซื้อไว้ แม้จะยังรองรับผู้ปฏิบัติได้ไม่มากก็ตาม โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่พุทธคยา สารนาถ กุสินารา และลุมพินี ซึ่งเป็นสถานที่ที่มีกระแสพลังของธรรมะแรงกล้ามาก การได้เข้าอบรมในสถานที่ใดสถานที่หนึ่งเหล่านี้เพียงหลักสูตรเดียว จะทำให้ผู้ปฏิบัติได้รับประโยชน์มากกว่า เมื่อเทียบกับที่อื่นๆ ที่อาจต้องเข้าปฏิบัติถึงหลายครั้ง ผู้คนทั้งหลายควรจะมีโอกาสได้รับประโยชน์จากการเข้าปฏิบัติธรรมในสถานที่เหล่านี้ ผู้คนจากทั่วโลกพากันไปจาริกแสวงบุญในสถานที่ดังกล่าว และรู้สึกว่าตัวเองได้สร้างบุญกุศลอันยิ่งใหญ่ แต่ถ้าพวกเขาได้มีโอกาสปฏิบัติวิปัสสนาที่นั่น และได้รับประโยชน์จากกระแสสั่นสะเทือนของพระพุทธเจ้าที่ยังคงหลงเหลืออยู่ พวกเขาก็ย่อมจะได้รับอานิสงส์มหาศาล

ปีพ.ศ. 2542 (ค.ศ.1999) เป็นปีที่มีความสำคัญ เพราะจะครบรอบวันเกิด 100 ปีของท่านอาจารย์อูบาขิ่น และครบรอบ 30 ปีที่คำสอนนี้ได้หวนคืนสู่ประเทศอินเดีย นอกจากนี้ยังจะเป็นการเตรียมพร้อมเข้าสู่สหัสวรรษหน้าด้วยธรรมะ ขอให้จดจำความผิดพลาดที่เกิดขึ้นเมื่อพันปีก่อนไว้ เราต้องรักษาธรรมะให้บริสุทธิ์อยู่ต่อไปในสหัสวรรษใหม่ และต้องไม่ทำให้กลับกลายเป็นลัทธินิกายไป มิฉะนั้น ธรรมะก็จะสูญสิ้นไป แล้วเราจะมั่นใจได้อย่างไร

ว่าธรรมะจะคงความบริสุทธิ์อยู่ได้ ตราบใดที่ผู้คนยังดำรงตนอยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา ไม่ว่าพวกเขาจะเรียกตัวเองว่า ฮินดู คริสต์ เชน มุสลิม หรือพุทธ อย่างไรก็เรียกไป ในศตวรรษหน้าขอให้ธรรมะจงแผ่ขยายไปทั่วโลก โดยที่ศาสนาต่างๆ ทั้งหลายยังคงอยู่ด้วย

ข้าพเจ้ายังคงมีความปรารถนาดีต่อพวกท่านเสมอ แต่ภารกิจต่างๆ นั้น พวกท่านต้องดำเนินการเอง เวลานี้ข้าพเจ้าก็ชรามากแล้ว จะทำอะไรได้สักเท่าไร พวกท่านอาจมาขอคำปรึกษาจากข้าพเจ้า ข้าพเจ้าก็ให้ได้แต่ความปรารถนาดี แต่ที่เหลือนั้นขึ้นอยู่กับตัวท่านเอง ขอให้แต่งตั้งคณะกรรมการขึ้นมาดูแลงานแต่ละอย่าง และดังที่ข้าพเจ้าได้กล่าวไปแล้วว่า ก่อนที่จะรับอาสาทำงานใดๆ ควรพิจารณาหลักเกณฑ์สองอย่าง นั่นคือ ทุกคนต้องเข้ามาช่วยงานโดยสมัครใจ ตามความสามารถและเวลาที่จะให้ได้

ข้าพเจ้าขอเสนอว่า ในคณะกรรมการแต่ละชุดควรจะมีหัวหน้าสักคน และอีก 3-4 คนคอยช่วยเหลือ ขอให้ทำงานด้วยความเข้าใจว่า ท่านเป็นเพียงสื่อกลางเท่านั้น ธรรมะจะทำหน้าที่ของธรรมะเอง เราต้องมีความพยายาม แล้วธรรมะจะช่วยเราอย่างแน่นอน ซึ่งก็เป็นเช่นนี้เรื่อยมาจนถึงทุกวันนี้ มีงานมากมายที่สำเร็จลุล่วงลงได้ และก็จะยังเป็นเช่นนี้สืบไป งานต่างๆ เหล่านี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้คนจำนวนมาก และสิ่งที่ท่านเพียรพยายาม ก็จะทำให้พลังธรรมะของท่านกล้าแกร่งขึ้น

พวกเราทั้งหลายเป็นผู้ครองเรือนที่ต้องดูแลตัวเองและผู้ที่เกี่ยวข้อง แต่การเพียงแค่ดูแลเอาใจใส่คนในครอบครัว หรือการมีชื่อเสียงในสังคมนั้นเพียงพอแล้วหรือ เป้าหมายของชีวิตมนุษย์มีเพียงเท่านี้หรือ เราควรคิดด้วยว่าจะรับใช้ผู้อื่นให้ดีที่สุดอย่างไร เพื่อให้พวกเขาได้รับประโยชน์จริงๆ แล้วเมื่อนั้นเราก็จะได้ใช้ชีวิตมนุษย์นี้อย่างมีคุณค่าจริงๆ

ขอให้ลูกๆ ทางธรรมทั้งหลายที่มาในวันนี้ จงเจริญก้าวหน้าในธรรมและเป็นแบบอย่างอันเจิดจ้าให้แก่ผู้อื่น ขอให้พวกท่านทั้งหลายจงได้รับประโยชน์และช่วยเหลือผู้อื่นให้ได้รับประโยชน์ด้วย ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

8 มกราคม 2541

ถาม—ตอบ (เกี่ยวกับหลักสูตรเด็ก)

ถาม *การสอนอานาปานสติตามโรงเรียนในโลกตะวันตก ควรจะมีแนวทางในการสอนเรื่องศีลและที่มาของการปฏิบัติวิธีนี้อย่างไรคะ เช่น การกล่าวถึงพระพุทธเจ้า โดยที่ทางโรงเรียนไม่ถือว่าเป็นเรื่องศาสนา*

ท่านอาจารย์โกเอ็นก้า ก่อนอื่นผู้สอนจะต้องเชื่อมั่นจริงๆ ว่านี่ไม่ใช่ศาสนา พระพุทธเจ้าไม่ใช่ครูสอนศาสนา ไม่ใช่ผู้ก่อตั้งศาสนา แต่ทรงสอนวิถีทางในการดำเนินชีวิต ถ้าท่านเชื่อมั่นเช่นนี้ ก็จะสามารถทำให้ผู้อื่นเชื่อมั่นตามได้ เวลาที่ท่านพูดถึงกฎของแรงโน้มถ่วงก็ต้องเอ่ยชื่อของนิวตัน แต่ท่านไม่จำเป็นต้องเป็นคนของสำนักนิวตัน ท่านต้องเข้าใจก่อนว่าตัวเองกำลังสอนอะไรอยู่ จากนั้นก็เป็นเรื่องง่ายที่จะอธิบายแก่ผู้อื่น ไม่ว่าจะเด็กหรือผู้ใหญ่

ถาม *แล้วเรื่องศีลล่ะคะ*

ท่านอาจารย์ ท่านก็ต้องอธิบายเรื่องศีลให้พวกเขาเข้าใจ ศีลเป็นเรื่องสำคัญ ไม่ผิดอะไรที่จะสอนเรื่องนี้

ถาม *ผู้ช่วยอาจารย์หลักสูตรเด็กจะทำหน้าที่ในการนำธรรมบริกรแผ่เมตตาตอนสามทุ่ม เหมือนอย่างที่ผู้ช่วยอาจารย์ทำในหลักสูตร 10 วันได้ไหมคะ*

ท่านอาจารย์ ไม่ได้ เรื่องนี้เกิดขึ้นได้อย่างไร มันไม่ได้อยู่ในหลักสูตรเด็กเลย ข้าพเจ้าได้ทราบมาจากหลายๆ ที่ว่า เวลาที่เราตั้งใครสักคนขึ้นมาเป็นผู้ช่วยอาจารย์รุ่นเล็ก คำว่า "รุ่นเล็ก" ก็จะตกหล่นไปพร้อมๆ กับคำว่า "ผู้ช่วย" จนพวกเขาคิดว่า "ตอนนี้ฉันได้เป็นอาจารย์แล้ว จะต้องมีหน้ามีตาได้รับความเคารพอย่างที่อาจารย์ควรจะได้ ฉันต้องนั่งบนธรรมาสน์สูงๆ ตอนนี้ฉันแผ่เมตตาได้แล้ว ทุกคนต้องมานั่งข้างหน้าฉัน" นี่คือสาเหตุที่เราต้องเปลี่ยนจากตำแหน่งผู้ช่วยอาจารย์รุ่นเล็กมาเป็นครูสอนหลักสูตรเด็ก

บางกรณี ผู้ที่เป็นครูสอนเด็กอาจผ่านการปฏิบัติในหลักสูตรมาเพียงแค่ครั้งสองครั้งเท่านั้น และข้าพเจ้าตั้งเขาขึ้นมา ก็เพราะเขาสามารถดูแลเด็กๆ ได้ดี

แต่เขายังไม่รู้จักวิปัสสนาดีพอ แล้วกลับทำตัวราวกับเป็นอาจารย์ใหญ่ ซ้ำยังแผ่

เมตตาในตอนเย็นอีก ในหลักสูตรเด็กที่เราสอนมีช่วงแผ่เมตตาที่ไหนกัน ไม่มี ไม่ควรทำ ข้าพเจ้าคิดว่าพวกท่านทุกคนต้องแจ้งให้ครูสอนเด็กทราบว่า ไม่ควรทำตัวราวกับเป็นผู้ช่วยอาจารย์ พวกเขาเป็นครูสอนหลักสูตรเด็ก ควรจะทำตามที่ได้รับมอบหมายมาเท่านั้น อย่าทำอะไรนอกเหนือจากนั้น

ถาม *เราจะให้เด็กๆ ปฏิบัติที่บ้านได้อย่างไร ถ้าครอบครัวของเขาไม่ได้ปฏิบัติ เด็กๆ จะไปนั่งร่วมกับกลุ่มที่ปฏิบัติวิปัสสนาได้ไหมครับ*

ท่านอาจารย์ ไปนั่งปฏิบัติร่วมกับกลุ่มผู้ใหญ่ที่ปฏิบัติวิปัสสนาน่ะหรือ ไม่ได้ ไม่ควรจะพาเด็กๆ ไปนั่งในกลุ่มของผู้ใหญ่ ในหนึ่งชั่วโมงที่ปฏิบัติร่วมกันนั้น แค่ 10–15 นาที เด็กๆ ก็จะเริ่มรู้สึกเบื่อ แล้วจะเกิดอะไรขึ้น พวกเขาก็จะค่อยๆ เกลียดการปฏิบัติ จึงไม่ควรจะพาเด็กๆ ไป แต่ถ้ามีกลุ่มที่นั่งกันเฉพาะเด็กๆ ก็ทำได้ แต่ให้นั่งกันแค่ 10–15 นาทีเท่านั้น หรืออย่างมากก็ 20 นาที

ถาม *ครูที่สอนหลักสูตรเด็กจะใช้ธรรมาสน์ในศูนย์ปฏิบัติฯ ได้ไหมครับ*

ท่านอาจารย์ ทำไมครูที่สอนหลักสูตรเด็กถึงอยากจะนั่งบนธรรมาสน์ที่อาจารย์หรือผู้ช่วยอาจารย์นั่งตอนจัดการอบรมด้วยล่ะ เราต้องขจัดความหลงมัวเมานี้ออกไปเสีย แค่นั่งบนเบาะหรืออย่างมากก็ที่นั่งเตี้ยๆ เท่านั้นก็พอ ไม่อนุญาตให้ครูที่สอนหลักสูตรเด็กขึ้นมานั่งบนธรรมาสน์ของอาจารย์ แล้วให้คำสอน ครูที่สอนหลักสูตรเด็กทุกคนจะต้องเข้าใจว่า “นี่คือหน้าที่ของฉัน ฉันทำหน้าที่นี้เพื่อช่วยเหลือผู้อื่น ไม่ใช่เพื่อเพิ่มพูนอัตตาหรือความหลงลำพอง” มิฉะนั้น เขาก็ไม่เหมาะแม้แต่ที่จะจัดการอบรมหลักสูตรเด็ก ❖

ข้อสรุปเกี่ยวกับหลักสูตรเด็ก

หลักสูตรเด็กมีความสำคัญมาก เพราะเป็นช่วงเวลาที่ท่านสามารถให้คำแนะนำที่ถูกต้องแก่เด็กๆ เพื่อช่วยให้พวกเขาได้ดำเนินชีวิตอยู่ในครรลองของธรรมะ สิ่งหนึ่งที่ครูสอนเด็กจะต้องเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งก็คือ เราไม่สนใจที่จะเปลี่ยนแปลงศาสนาของใคร เราไม่เห็นด้วยอย่างแน่นอนกับการแบ่งแยกเป็นลัทธินิกายต่างๆ เพราะมันเป็นอันตรายต่อสังคมอย่างเห็นได้ชัด

เรากำลังหว่านเมล็ดพันธุ์ที่จะช่วยให้เกิดความเข้าใจว่า แทนที่จะมีชีวิตอย่างแบ่งเขาแบ่งเรา คนทั้งหลายล้วนสามารถมีชีวิตอยู่ในครรลองคลองธรรมที่บริสุทธิ์ได้ การดำเนินชีวิตอยู่อย่างมีศีล รู้จักควบคุมและขัดเกลาจิตใจนั้น เป็นเรื่องที่ใครก็ไม่อาจจะคัดค้านได้

ฉะนั้น ผู้ที่สอนธรรมะจึงต้องมีความเชื่อมั่นอย่างเต็มเปี่ยมว่า สิ่งที่เขาสอนจะไม่ไปเปลี่ยนแปลงศาสนาของใคร การกระทำที่เลวร้ายที่สุดของอาจารย์ที่สอนวิปัสสนา ไม่ว่าจะรุ่นเล็กหรือรุ่นใหญ่ก็คือ การพยายามชักจูงผู้คนให้เข้าสู่ลัทธินิกายใดนิกายหนึ่ง เพราะนั่นเท่ากับว่าเราได้ทำผิดไปจากวัตถุประสงค์ที่แท้จริง คือการนำพาผู้คนออกมาจากการแบ่งแยกลัทธินิกายและทัศนะอันคับแคบทั้งหลายทั้งปวงที่จะทำให้พวกเขาต่อสู้ห้ำหั่นกันเอง เราต้องพาพวกเขาออกมาจากสิ่งเหล่านี้ และให้สัจธรรมที่เปิดกว้างเป็นสากลนี้แก่ทุกๆ คน

ถ้าผู้สอนไม่เข้าใจประเด็นนี้แล้ว ก็ยังไม่ควรจะสอน ควรเข้าปฏิบัติให้มากขึ้น มาพูดคุยกับข้าพเจ้า กับอาจารย์อาวุโสอื่นๆ และขจัดความเห็นผิดนี้เสีย

ท่านควรคิดว่า "ฉันมาที่นี่เพื่อช่วยเหลือผู้คนให้มีชีวิตที่ดีขึ้น ดีต่อตัวเขาเองและสังคม" ซึ่งจะช่วยให้ท่านตอบคำถามของพ่อแม่หรือครูของเด็กๆได้ง่ายขึ้น แต่ก็ต้องพูดถึงพระพุทธเจ้าด้วย เพราะในทางธรรม ความกตัญญูเป็นพัฒนาการอย่างหนึ่งที่สำคัญ

เราให้เมล็ดพันธุ์แห่งธรรมะที่บริสุทธิ์แก่เด็กๆ ทั้งหญิงชาย และนับจากนี้ไปอีก 15–20 ปี พวกเขาก็จะกลายเป็นคนรุ่นใหม่ที่มีความรับผิดชอบต่อครอบครัว สังคม ประเทศ

โลก และมนุษยชาติ พวกเขาควรจะเติบโตเป็นแบบอย่างของมนุษย์ที่ดี นี่คือเป้าหมายเพียงประการเดียวของเรา

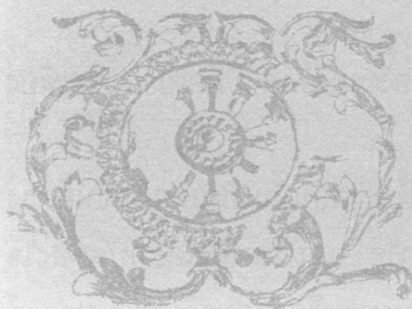
ถ้าผู้สอนมีความหนักแน่นมั่นคงและเชื่อมั่นว่า สิ่งที่เขาสอนนั้นเป็นประโยชน์อย่างแท้จริงต่อทุกคนแล้ว ก็เป็นเรื่องง่ายที่จะอธิบายให้ผู้อื่นเข้าใจ แต่ถ้าเขายังเคลือบแคลงใจว่า ภารกิจทั้งหมดคือการชักจูงผู้คนให้หันมานับถือศาสนาพุทธหรือศาสนาอื่นหรือเปล่า ก็จงอย่าได้มาเป็นครู อย่ามารับหน้าที่นี้เลย

ผู้ที่ฝึกโยคะอาสนะหรือปราณยามนั้น ก็ไม่ใช่ว่าเขาจะต้องเปลี่ยนศาสนา การที่เขาฝึกก็เพื่อให้ตัวเขามีสุขภาพดี วิธีการของเราก็เช่นเดียวกัน เป็นวิธีการที่จะช่วยให้ผู้คนได้ดำเนินชีวิตโดยมีสุขภาพจิตที่ดี เป็นการฝึกจิตเพื่อช่วยให้สุขภาพจิตดี

ขอให้ทุกคนจงทำความเข้าใจเสียให้ดี ช่วยกันจัดหลักสูตรเด็กให้มากขึ้น เด็กๆ จำนวนมากขึ้นๆ จะได้รับเมล็ดพันธุ์แห่งธรรมะ เพื่อเขาจะได้เติบโตเป็นคนรุ่นใหม่ที่ดี ซึ่งนี่ก็กำลังจะเกิดขึ้นแล้ว

ท่านควรจะรู้สึกว่าท่านโชคดีที่ได้มีส่วนร่วมในภารกิจนี้ และได้มีโอกาสบำเพ็ญบารมี ธรรมะจะแผ่ขยายไป ไม่ว่าจะมีเราเข้ามาร่วมด้วยหรือไม่ก็ตาม จงมาร่วมกันสร้างสิ่งที่ดีๆ ที่จะเป็นประโยชน์ทั้งแก่ผู้อื่นและตัวเราเอง ขอให้มีหลักสูตรเด็กเพิ่มมากขึ้นๆ ขอให้เด็กๆ ทั่วโลกได้เติบโตขึ้นเป็นคนรุ่นใหม่ที่ดี ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

10 มกราคม 2541

ถาม–ตอบ

ถาม *ท่านอาจารย์มีวิธีเลือกกรรมการผู้ช่วยอาจารย์และอาจารย์จากผู้ปฏิบัติอย่างไรคะ*

ท่านอาจารย์โกเอ็นก้า น่าจะถามข้าพเจ้าว่าทำไมจึงไม่เลือกพวกเขามากกว่า ข้าพเจ้ามีเหตุผลอะไรที่ไม่เลือกคนผู้นั้นเป็นผู้ช่วยอาจารย์ หรือกรรมการ ท่านก็รู้ว่าข้าพเจ้ามีความรับผิดชอบในการริเริ่มประเพณีการสอนแบบใหม่ที่มีวิปัสสนาจารย์เป็นฆราวาส

เมื่อร้อยปีก่อน พระอาจารย์แลดีเป็นบุคคลแรกที่ได้ทลายอุปสรรคที่ขวางกั้นลง เราจึงเป็นหนี้บุญคุณท่านมาก เพราะก่อนหน้านั้นการปฏิบัติวิปัสสนาจำกัดอยู่แค่ในหมู่พระภิกษุสงฆ์เท่านั้น ท่านกล่าวว่า "เหตุใดการปฏิบัติจึงจำกัดอยู่แต่เฉพาะในหมู่สงฆ์ ฆราวาสผู้ครองเรือนน่าจะได้เรียนรู้ด้วย" จากนั้นท่านก็เริ่มอบรมวิปัสสนาให้แก่บุคคลทั่วไป นับเป็นการเปิดประตูบานใหม่ให้แก่ฆราวาส ดังนั้น จึงจำต้องมีอาจารย์ที่เป็นฆราวาสด้วย และท่านก็ได้แต่งตั้งวิปัสสนาจารย์คนแรกที่เป็นฆราวาสคือท่านอาจารย์เท็ต ซึ่งถือเป็นการบุกเบิกครั้งใหญ่ ด้วยเห็นการณ์ไกลว่า บัดนี้ 2,500 ปีกำลังจะล่วงพ้นไป พระพุทธศาสนากำลังจะกลับมารุ่งเรืองอีกครั้ง

ประชาชนในประเทศที่นับถือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หรืออย่างน้อยที่เรียกตัวเองว่าชาวพุทธ จะรู้สึกยินดีอย่างยิ่ง ถ้าหากผู้ที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์เป็นพระภิกษุสงฆ์ พวกเขาจะยอมรับและปฏิบัติตามทุกอย่างที่ท่านพูด แต่ในประเทศที่ไม่ได้นับถือพุทธศาสนา หากมีพระภิกษุนั่งอยู่บนธรรมาสน์พร้อมทั้งกล่าวว่า "อาตมามาที่นี่เพื่อสอนธรรมะแก่ท่าน" ก็คงไม่มีใครมาเข้าอบรมเป็นแน่ ทว่ากลับจะเตลิดหนีไปหมด เพราะคิดว่า "ท่านจะเปลี่ยนเราให้ไปนับถือศาสนาของท่าน" แต่ถ้าฆราวาสขึ้นนั่งบนธรรมาสน์ ปัญหานี้ก็จะหมดไป แต่ก็ยังต้องระมัดระวังอย่างยิ่งว่าเราไม่สนใจที่จะให้ผู้อื่นเปลี่ยนศาสนา นี่เป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้มีอาจารย์ที่เป็นฆราวาสเกิดขึ้น เพราะพระอาจารย์แลดีได้เล็งเห็นถึงความจำเป็นนี้

พอมาถึงสมัยของท่านอาจารย์อูบาขิ่น ตอนนั้นก็ยังมีผู้เข้าปฏิบัติไม่มาก แต่ปัจจุบัน ผู้เข้ารับการอบรมมีจำนวนเพิ่มขึ้นมาก ฉะนั้น ประเพณีการสอนที่เริ่มในเวลานี้จึงต้องดำเนินไปในวิถีทางที่ถูกต้อง เพราะหากมีข้อผิดพลาดเกิดขึ้นในตอนนี้ ก็มีแต่จะสร้างความเสียหายให้แก่ชนรุ่นหลัง และจะเลวร้ายลงไปเรื่อยๆ ดังนั้น ข้าพเจ้าจึงต้องคิดหาทางอย่างเต็มกำลังสติปัญญาให้การเริ่มต้นนี้ดำเนินไปในวิถีทางที่บริสุทธิ์

แล้ววิถีทางที่บริสุทธิ์นั้นเป็นเช่นไร ธรรมะนั้นบริสุทธิ์อย่างยิ่ง ทันทีที่ข้าพเจ้ารู้ว่ามีผู้หนึ่งผู้ใดแสดงความปรารถนาอยากจะเป็นผู้ช่วยอาจารย์ ข้าพเจ้าจะรู้สึกเห็นใจคนผู้นั้นเป็นอันมาก แต่จำเป็นต้องใส่ชื่อเขาไว้ในบัญชีดำ เพราะคนผู้นี้ไม่เหมาะที่จะเป็นผู้ช่วยอาจารย์ บางคนพยายามจะแสดงให้เห็นว่า "ถ้าฉันได้เป็นกรรมการก็คงดี เพราะฉันจะทำโน่นก็ได้นี่ก็ได้" ถ้าข้าพเจ้าเห็นว่ามีคนใดที่แสดงท่าทีต้องการจะเป็นประธานหรือเลขาธิการแล้ว ไม่ว่าคนผู้นั้นจะใกล้ชิดกับข้าพเจ้าสักเพียงใด ก็ย่อมจะถูกจัดเข้าไว้ในบัญชีดำ เพราะเขายังไม่มีวุฒิภาวะทางธรรม ยังต้องการตำแหน่ง อำนาจ สถานภาพ ซึ่งมีความสำคัญต่อเขามากกว่าการรับใช้ธรรมะ

แต่ถ้ามีคนมาพบข้าพเจ้าและบอกว่า "จะให้ผมช่วยทำอะไรก็ได้ ผมอยากเข้ามารับใช้ธรรมะ เพราะมีเวลาว่าง ได้โปรดบอกผมด้วยเถิดว่าจะให้ผมทำอะไรบ้าง" ข้าพเจ้าจะเริ่มพิจารณาคนผู้นั้น และเมื่อเห็นว่าเขารับใช้ธรรมะอย่างปราศจากอัตตาจริงๆ ไม่คาดหวังตำแหน่ง อำนาจ สถานภาพใดๆ แล้วล่ะก็ เมื่อนั้นเขาย่อมจะได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบงานสำคัญยิ่งๆ ขึ้นไป

และถึงแม้คนผู้นั้นจะได้รับการแต่งตั้งแล้ว แต่ถ้าข้าพเจ้าพบในภายหลังว่าเขาพอกพูนอัตตามากขึ้นๆ จนแสดงท่าทียโสโอหังใส่คนอื่นๆ สร้างแต่ความโกรธความเกลียด เป็นการทำร้ายตัวเขาเอง ข้าพเจ้าจะรู้สึกเห็นใจเขาอย่างมาก "ข้าพเจ้ามีส่วนต้องรับผิดชอบกับการที่เขาสร้างความไม่ดีนี้ขึ้นมา เพราะถ้าข้าพเจ้าไม่แต่งตั้งเขาในตำแหน่งที่สูงเช่นนี้ เขาก็คงจะไม่สร้างอัตตาและทำร้ายผู้อื่นด้วยคำพูดที่ก้าวร้าว" ฉะนั้น จึงต้องพักไว้ก่อน

ข้าพเจ้าไม่อาจทวงสภาพความเป็นอาจารย์จากคนผู้นั้นกลับคืนมาได้ หากแต่จะหยุดมอบหมายงานในหน้าที่นั้นให้แก่เขา และให้ไปทำอย่างอื่นแทน โดยจะอธิบายว่า "นี่เป็นความผิดพลาดของท่าน แต่ถ้าท่านแก้ไขข้อผิดพลาดของท่านได้แล้วล่ะก็ ท่านจึงจะได้รับมอบหมายให้ไปทำงานที่สำคัญ สำคัญในแง่ที่ท่านจะได้มีโอกาสรับใช้ผู้คนจำนวนมาก ได้ช่วยให้คนจำนวนมากเจริญงอกงามในธรรม" นี่คือภาระหน้าที่สำคัญของอาจารย์สอนธรรมะผู้มีความรับผิดชอบ ผู้ริเริ่มประเพณีอาจารย์สอนการปฏิบัติในสายมราวาส

นอกจากนี้ ถ้าข้าพเจ้าพบว่าผู้ช่วยอาจารย์หรือกรรมการ ซึ่งเป็นผู้ที่ได้รับมอบหมายงานที่มีความรับผิดชอบสูง ได้แบ่งแยกเป็นฝักเป็นฝ่าย ไม่ว่าจะโดยเจตนาหรือไม่เจตนาก็ตาม ด้วยความคิดที่ว่า "นี่เป็นพวกของฉัน ฉันต้องสนับสนุนคนที่เป็นพวกของฉัน และพยายามกำจัดคนที่ไม่ใช่พวกของฉัน" แล้วข้าพเจ้าก็จะได้ตระหนักว่าคนเหล่านี้ไม่มีธรรมะเลย เรื่องเช่นนี้อาจเกิดขึ้นได้ในพรรคการเมืองและองค์กรอื่นๆ ทางสังคม แต่ต้องไม่ใช่ในองค์กรของธรรมะที่บริสุทธิ์ เมื่อใดที่มันเริ่มส่อเค้า เป็นหน้าที่ของข้าพเจ้าที่จะต้องเข้าไปจัดการยุติ สลายฝักฝ่ายเหล่านี้ในทันที และไม่ปล่อยให้พวกเขาก่อเหตุเช่นนี้ขึ้นอีก

ตอนนี้เราจึงต้องวางแนวทางที่เป็นแบบอย่างในการดำเนินงานศูนย์ฯ และจัดการงานธรรมะ ไม่ใช่เพียงเพื่อข้าพเจ้า หากยังรวมถึงอาจารย์ใหญ่รุ่นต่อๆ ไป ฉะนั้น เมื่อใดก็ตามที่ข้าพเจ้าทำผิดพลาด ก็จะพยายามปรับปรุงแก้ไข

ดังที่ข้าพเจ้าได้กล่าวไปแล้วว่า เราไม่สามารถถอดถอนผู้ช่วยอาจารย์ออกจากตำแหน่งได้ เพราะผู้ที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์สอนธรรมะ ย่อมมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ปฏิบัติ ข้าพเจ้าไม่ต้องการจะทำลายสัมพันธภาพนั้น จึงปล่อยให้เขาอยู่ในตำแหน่งต่อไป เว้นเสียแต่เป็นกรณีที่สุดวิสัยจริงๆ ซึ่งข้าพเจ้าก็ต้องบอกเขาไปว่า "ท่านไม่ได้เป็นผู้ช่วยอาจารย์อีกแล้ว" กรณีเช่นนี้ไม่ค่อยได้เกิดขึ้นนักหรอก เคยมี แต่น้อยมาก

แต่ในกรณีของกรรมการและฝ่ายจัดการ ข้าพเจ้าอยากให้มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ทุกๆ ปีคณะกรรมการจะต้องลาออก ข้าพเจ้าอาจแต่งตั้งคนเดิมหรือคนใหม่ก็ได้ เหตุผลนะหรือ ไม่ใช่เพราะคนเหล่านั้นทำผิดอะไร แต่ปัญหาอยู่ที่ว่า ถ้าคนๆ นั้นอยู่ในตำแหน่งเดิมเป็นเวลานานๆ อาจทำให้เขาเกิดการยึดติดอยู่ในตำแหน่งนั้นอย่างไม่รู้ตัว โดยไม่ตั้งใจ "ฉันเป็นเลขาธิการใหญ่ที่ทำหน้าที่ได้ดีเยี่ยม ไม่มีใครทำงานนี้ได้ดีเท่า ฉันจึงต้องสานต่อ มิฉะนั้นแล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างต้องยุ่งวุ่นวายแน่" เกิดอะไรขึ้น เขากำลังทำอะไร เขารู้สึกว่าตัวเองมีความสำคัญ นั่นไม่ใช่ธรรมะแล้ว ดังนั้น ทุกๆ ปีจึงต้องมีการเปลี่ยนกรรมการ เหตุผลอีกประการคือ เราควรให้คนอื่นๆ ได้มีโอกาสเข้ามาพัฒนาบารมี อันจะทำให้คนจำนวนมากขึ้นได้เข้ามาผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันรับใช้ผู้อื่น รับใช้ผู้ปฏิบัติ

เมื่อใดก็ตามที่ข้าพเจ้าขอให้กรรมการ ประธาน หรือเลขาธิการ ลาออกจากตำแหน่ง แสดงว่าเวลาของการทดสอบคนๆ นั้นได้เริ่มต้นขึ้นแล้ว ข้าพเจ้าจะถามตัวเองว่า "ตอนนี้เขารับใช้ธรรมะอย่างไร ตอนที่เป็นประธาน เขาทำงานด้วยความกระตือรือร้นและหนักมาก แต่ตอนนี้เขาไม่ได้เป็นประธานหรือ

หากมีการแต่งตั้งบุคคลใดบุคคลหนึ่งขึ้นเป็นอาจารย์ ไม่ว่าจะเป็นผู้ช่วยอาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์อาวุโส หรือในตำแหน่งใดก็ตาม โดยที่คนผู้นั้นไม่สามารถพึ่งตัวเองได้ แน่นอนในฐานะที่เป็นผู้ครองเรือน เขาต้องมีภาระรับผิดชอบต่อครอบครัว และถ้าเขาไม่อาจพึ่งตัวเองได้ ก็จะเริ่มแบมือขอความช่วยเหลือ "ฉันต้องการบางสิ่งบางอย่าง ลูกของฉันป่วย ลูกของฉันกำลังจะแต่งงาน ฉันมีปัญหาครอบครัวอย่างนั้นอย่างนี้" ผู้ปฏิบัติเองก็จะให้ด้วยความเห็นใจหรือไม่ก็ด้วยความเคารพครูอาจารย์ หากเรื่องเช่นนี้เกิดขึ้น ประเพณีการสอนธรรมะโดยฆราวาสก็จะต้องถูกทำลายลง

ด้วยเหตุนี้ ข้าพเจ้าจึงต้องตรวจสอบดูว่าผู้ที่ข้าพเจ้ากำลังจะแต่งตั้งนั้นสามารถรับผิดชอบต่อครอบครัวของเขาได้หรือไม่ ถ้าเขาพึ่งพาตนเองได้ ก็เป็นเรื่องดี แต่หากข้าพเจ้าพบว่าคนผู้นั้นไม่สามารถเลี้ยงชีพได้ แม้มีความเหมาะสมที่จะเป็นอาจารย์ ข้าพเจ้าก็จะไม่แต่งตั้ง เรื่องนี้อาจจะดูเหมือนว่าข้าพเจ้าไม่ให้โอกาสคนจน แต่จริงๆ แล้วถ้าผู้ที่ไม่สามารถรับผิดชอบต่อครอบครัวมาเป็นอาจารย์ กลับจะเป็นอันตรายอย่างยิ่ง

ปัญหาต่างๆ ที่เรากำลังเผชิญอยู่ในเวลานี้ เราพยายามหาทางแก้ไขอย่างเต็มที่ด้วยวิถีทางของธรรมะ เพื่อจะได้เป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่คนรุ่นหลัง ฉะนั้น ไม่ว่าจะทำสิ่งใด ขอเลขาธิการแล้ว จะเป็นเช่นไร" ถ้าข้าพเจ้าพบว่าบุคคลผู้นี้เลิกสนใจในงานธรรมะ ก็แสดงว่าที่ผ่านมาเขาสนใจตำแหน่งเพียงเพื่อที่จะเพิ่มพูนอัตตา โดยไม่ได้สนใจกับการรับใช้ธรรมะเลย ข้าพเจ้าจะรู้สึกเห็นใจเขา และจะพยายามอธิบาย ดึงเขาให้กลับเข้ามาหาธรรมะ นี่คือหน้าที่ของอาจารย์ใหญ่ที่สอนธรรมะ ต้องคอยเฝ้าดูลูกๆ เจริญงอกงามในธรรม นี้เป็นสิ่งที่สำคัญมาก เรื่องต่างๆ เหล่านี้เกิดขึ้น และเราจะต้องคอยสังเกตดู

เมื่อใดก็ตามที่มีการแต่งตั้งอาจารย์ใหม่ สิ่งหนึ่งที่ต้องรำลึกไว้ก็คือว่า นี่คืออาจารย์สายฆราวาส พระภิกษุเป็นอาจารย์มานานหลายศตวรรษแล้ว แม้ในสมัยพุทธกาลจะมีวิปัสสนาจารย์ที่เป็นฆราวาส แต่ต่อมาก็มีเพียงพระภิกษุ ถ้าหากพระภิกษุปฏิบัติตามพระวินัย ก็ไม่มีปัญหาอะไร เพราะท่านย่อมไม่อาจสะสมความมั่งคั่งได้ นอกจากมีใช้เท่าที่จำเป็นเท่านั้น ดังนั้น หากข้าพเจ้าเห็นอาจารย์ที่เป็นพระภิกษุไม่ปฏิบัติตามพระวินัย อาศัยตำแหน่งนี้ในการสะสมเงินทองหรือสิ่งต่างๆ แล้ว ท่านก็ย่อมจะไม่เหมาะสมกับตำแหน่งนี้ นั่นเป็นปัญหาเกี่ยวกับอาจารย์ที่เป็นพระภิกษุ แต่สิ่งที่ข้าพเจ้าเป็นห่วงคือเรื่องของอาจารย์ที่เป็นฆราวาส ข้าพเจ้าต้องริเริ่มธรรมเนียมการปฏิบัติที่ดีงามสำหรับอาจารย์ในสายฆราวาส ซึ่งก็ต้องใช้ความระมัดระวังเป็นอย่างมาก

ให้จดจำอยู่ตลอดเวลาว่า เราจะต้องไม่ทำลายความบริสุทธิ์ของธรรมะ ผู้ที่รับใช้ธรรมะไม่ควรนำธรรมะไปเป็นเครื่องมือหาเลี้ยงชีพ เพราะเป็นเรื่องที่อันตรายอย่างยิ่ง ทั้งยังไม่ควรจะเข้ามารับใช้ธรรมะเพื่อเพิ่มอัตตาหรือความภาคภูมิใจ แล้วเกิดทะนงตน เริ่มพูดจายโสโอหังใส่ผู้อื่น ทั้งหมดนี้ก็เพื่อประโยชน์ของอาจารย์ใหญ่รุ่นต่อๆ ไปที่จะมารับผิดชอบ เพราะธรรมะกำลังแผ่ขยายออกไปดังที่เราได้เห็นกันอยู่ในปัจจุบัน ธรรมจะแผ่ขยายออกไปทั่วโลกภายใน 1-2 ชั่วอายุคนนี้

ถ้าเราไม่วางแนวทางและกฎเกณฑ์ที่ถูกต้องไว้เสียตั้งแต่ตอนนี้ ก็จะเป็นอันตรายอย่างยิ่งในระยะยาว นี่คือวินัยของครูอาจารย์ในสายฆราวาส เมื่อมีเรื่องเกิดขึ้น ก็จะมีกฎเพิ่มขึ้น แม้แต่ในสมัยพุทธกาล พระพุทธองค์ก็ได้ทรงบัญญัติพระวินัยเอาไว้ ทว่าต่อมาเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น ก็ทรงบัญญัติเพิ่มเติมอีก เมื่อมีปัญหาบางอย่างเกิดขึ้น ก็กำหนดกฎเพิ่มขึ้นอีก เป็นอย่างนี้ จากประสบการณ์ที่ผ่านมาเราต้องเพิ่มเติมกฎหรือไม่ก็แก้ไขกฎเกณฑ์ต่างๆ อยู่เสมอ แต่วัตถุประสงค์ทั้งหมดก็เพื่อให้งานเผยแผ่ธรรมะดำเนินไปอย่างบริสุทธิ์จริงๆ ไม่ให้มีข้อผิดพลาด นี่เป็นวิธีเดียวที่ข้าพเจ้าคัดเลือกผู้ที่เข้ามาช่วยงาน

ถาม *ท่านอาจารย์ครับ มีคนเกรงกันว่าพระมหาเจดีย์ที่กำลังก่อสร้างอยู่ในเมืองมุมไบอาจทำให้วิปัสสนากลายเป็นลัทธินิกายใหม่ขึ้นมา*

ท่านอาจารย์ ถ้าอาจารย์คนนี้ยังมีชีวิตอยู่อย่างน้อยอีก 2-3 ปี พวกท่านจะเห็นว่าอาจารย์คนนี้เข้มงวดมาก จนไม่ยอมให้สิ่งต่างๆ ที่เรากำลังทำอยู่นี้ แปรเปลี่ยนไปเป็นลัทธินิกายได้ ถ้าพระมหาเจดีย์เป็นสิ่งที่จะทำให้คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากลับกลายไปเป็นศาสนาหรือลัทธินิกายแล้ว คำสอนทั้งหมดของเราก็จะเปรอะเปื้อน แสดงว่าเราไม่เข้าใจคำสอนของพระองค์เลย ถ้าเราใช้พระมหาเจดีย์นี้เพื่อให้ผู้คนมาสวดอ้อนวอนว่า "พระมหาเจดีย์ ได้โปรดบันดาลสิ่งนี้แก่ฉันด้วยเถิด ฉันต้องการสิ่งนี้" แล้วเมื่อนั้นทุกอย่างก็จะกลายเป็นลัทธินิกายหรือศาสนาไปอย่างแน่นอน

เช่นนั้นแล้วเราจะใช้พระมหาเจดีย์นี้อย่างไร ถ้าหากเราใช้พระมหาเจดีย์อย่างถูกต้อง เพื่อการปฏิบัติและเผยแผ่วิปัสสนา ผู้คนก็จะได้รู้ว่าวิปัสสนาคืออะไร ผู้คนจำนวนมากจะมาเยี่ยมชมด้วยความใคร่รู้ว่า "ภายในสิ่งปลูกสร้างอันสง่างามนี้มีอะไรอยู่หนอ" และเมื่อพวกเขาได้เข้ามาชมภายในก็จะได้รับความรู้ว่า "ดูสิ นี่คือพระพุทธเจ้า นี่คือสิ่งที่พระองค์ทรงสอน นี่คือชีวิตของพระองค์ วิปัสสนาทำให้พระองค์เป็นพระพุทธเจ้าและเป็นธรรมาจารย์ที่ประเสริฐของโลก" ผู้คนจะได้รับประโยชน์มากมาย

หากพวกเขาได้รับแรงบันดาลใจจนอยาก

จะรู้เรื่องราวเกี่ยวกับวิปัสสนา เราก็จะให้ข้อมูลเขา ถ้าในจำนวนผู้ที่มาเยี่ยมชมหมื่นคน มีเพียงร้อยคนต้องการจะเข้ารับการอบรม ร้อยคนนี้ก็ย่อมจะได้รับประโยชน์ ส่วนคนอื่นๆ อย่างน้อยก็ได้รับความรู้ที่ถูกต้องไป ดังนั้นเราจะเห็นว่าพระมหาเจดีย์นี้ไม่มีทางทำให้เกิดลัทธินิกายใหม่ได้ มิฉะนั้นก็จะผิดไปจากวัตถุประสงค์ของเรา

ถาม *ปีพ.ศ. 2542 เป็นปีที่ครบรอบวันเกิด 100 ปีของท่านอาจารย์อูบาขิ่น และเป็นปีที่ท่านอาจารย์เองก็มีอายุครบ 75 ปี เราควรจะเฉลิมฉลองปีที่สำคัญนี้อย่างไรดีครับ*

ท่านอาจารย์ ลืมเรื่องครบรอบ 75 ปีเสีย ข้าพเจ้ายังมีชีวิตอยู่ จงไปสนใจเรื่องครบรอบร้อยปีเกิด เป็นเรื่องวิเศษจริงๆ ที่จะได้ฉลองครบรอบร้อยปีของนักบุญที่แท้จริงแห่งยุค เราต้องช่วยกันคิดว่าจะเฉลิมฉลองอย่างไรจึงจะเหมาะสม เราอาจคิดว่าจะต้องเขียนบทความและหนังสือยกย่องท่านว่า "ท่านเป็นนักบุญที่ประเสริฐยิ่ง" แต่นั่นไม่มีประโยชน์หรอก ทำอย่างไรจึงจะให้ผู้คนหันมาสนใจวิปัสสนากันมากขึ้น หรืออย่างน้อยก็ได้รู้ว่าวิปัสสนาคืออะไร เพื่อที่ว่าหลังจากนั้นพวกเขาจะได้เกิดความสนใจ นี่ต่างหากที่เป็นเรื่องสำคัญกว่า

ประวัติศาสตร์จะบอกเองว่าท่านเป็นบุคคลที่น่าอัศจรรย์เพียงใด ประวัติศาสตร์จะบอกว่าพระอาจารย์แลดีเป็นผู้ประเสริฐ เพราะท่านเป็นบุคคลแรกที่เปิดประตูให้แก่ฆราวาส และได้แต่งตั้งท่านอาจารย์เท็ตให้เป็นวิปัสสนาจารย์ฆราวาสคนแรก จากนั้นก็เป็นท่านอาจารย์อูบาขิ่น ที่เปิดประตูให้โลกทั้งโลกได้รู้จักกับวิปัสสนา โดยบอกกับศิษย์ของท่านว่า "จงออกไปสอน สอนแบบนี้ๆ ..." โลกทั้งโลกจะระลึกในพระคุณของท่าน ฉะนั้นสิ่งที่ดีที่สุดในขณะนี้ก็คือ เราต้องเผยแพร่ข้อมูลให้มากที่สุด เพื่อให้ผู้คนได้รู้จักกับวิปัสสนา ด้วยเหตุนี้ จึงได้มีการก่อสร้างพระมหาเจดีย์ขึ้น

ถาม *มีโครงการที่จะทำซีดีรอมฉบับปรับปรุงใหม่หรือครับ แล้วมันเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติอย่างไร*

ท่านอาจารย์ งานชิ้นแรกเสร็จเรียบร้อยแล้ว ซึ่งข้าพเจ้าก็ต้องแสดงความยินดีกับทุกคนที่ทำงานชิ้นนี้ นี่ไม่ใช่งานชิ้นสุดท้าย จะมีงานชุดอื่นๆ ตามมาอีก แต่ทุกคนที่ทำงานในโครงการนี้ต้องเข้าใจให้ชัดเจนว่า สำหรับเราแล้ว การเผยแพร่ด้านปริยัติไม่ใช่เป้าหมายหลัก การปฏิบัติต่างหากที่เป็นเป้าหมาย ปริยัติเป็นเพียงส่วนที่จะช่วยเกื้อหนุน

เหตุใดเราจึงต้องรวบรวมคัมภีร์ทั้งหมดนี้ นั่นเป็นเพราะว่าหนังสือ คัมภีร์โบราณจำนวนมากได้หายสาบสูญไปในประเทศจีน ทิเบต และประเทศอื่นๆ ใครจะไปรู้ ถ้าเกิดมีการสูญหายเพิ่มขึ้นอีกล่ะ หากข้าพเจ้าเปิดดูหนังสือบาลีเล่มหนึ่ง ซึ่งตีพิมพ์ในพม่าเมื่อ

ร้อยปีที่แล้ว ก็จะพบรายชื่อหนังสืออ้างอิงจำนวนมากที่หาไม่ได้อีกแล้ว ภายในระยะเวลาร้อยปีที่ผ่านมาได้มีหนังสือสูญหายไปเป็นจำนวนมาก ข้าพเจ้าจึงมีหน้าที่ที่จะต้องรักษามันไว้ด้วยการบันทึกใส่ซีดีรอมก่อนที่มันจะสูญหายไปมากกว่านี้

ขณะนี้ในซีดีรอมมี 3 ภาษา และจะเพิ่มเข้าไปอีก 2 ภาษา และก็เป็นไปได้ว่าอาจเพิ่มอีก 4-5 ภาษา รวมๆ แล้วอาจมี 6-7 ภาษา เรายังบอกไม่ได้ แต่หลังจากที่มีการเพิ่มเข้าไปอีก 2 ภาษา และเพิ่มเติมจำนวนเล่มซึ่งน่าจะเสร็จได้ภายในเวลา 2-3 เดือน เราก็จะนำไปใส่ไว้ในอินเตอร์เน็ต และเปิดให้ผู้คนได้เข้ามาอ่านเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน

การทำเช่นนี้มีจุดมุ่งหมายสำคัญเพื่ออะไร ตอนนี้ธรรมคิรีถือเป็นศูนย์ปฏิบัติธรรมระดับโลก และก็จะใช้ระบบอินเตอร์เน็ตในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติในทุกแง่มุม เราจะเริ่มในลักษณะของการอภิปรายกันทางอินเตอร์เน็ต โดยอาจเปิดประเด็นว่า "เรารู้สึกว่าความรู้สึกทางกายสำคัญมากในคำสอนของพระพุทธเจ้า" ผู้คนอาจแย้งว่า "ไม่ใช่ คำว่า 'เวทนา' หมายถึง 'ความรู้สึก' ความรู้สึกก็คือ 'จิต' " จงปล่อยให้มีการแลกเปลี่ยนสื่อสารกันในลักษณะนี้ ถ้าเราเป็นฝ่ายผิด ก็ต้องไม่อายที่จะแก้ไข แต่ถ้าคนอื่นผิดพลาดตรงส่วนไหน อย่างน้อยเขาก็จะได้รู้ว่าคำแปลที่ถูกต้องของพระพุทธพจน์คืออะไร

นี่เป็นตัวอย่างหนึ่งเท่านั้น อาจมีประเด็นอื่นๆ ในทำนองนี้อีกมากมาย ที่เราจะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้ เช่น "สัมปชัญญะ" คืออะไร บางครั้งแม้แต่ในอรรถกถาก็อาจจะไม่ได้ให้คำตอบที่ถูกต้องนัก สำหรับเราหากมีข้อแตกต่างระหว่างอรรถกถากับพระไตรปิฎก เราจะถือพระไตรปิฎกเป็นสำคัญแทนที่จะถามท่านพุทธโฆษาจารย์ ข้าพเจ้าจะทูลถามพระพุทธองค์ว่า "พระองค์ทรงกล่าวไว้เช่นไร ข้าพเจ้าควรจะเข้าใจเรื่องนี้อย่างไร" ถ้าอรรถกถาให้คำอธิบายที่ชัดเจนก็ถูกต้องใช้ได้ แต่ถ้าคำอธิบายไม่ชัดเจนข้าพเจ้าก็เชื่อถือพระพุทธองค์มากกว่า ฉะนั้นสิ่งต่างๆ เหล่านี้กำลังจะเกิดขึ้นจากการอภิปรายระดับนานาชาติ ซึ่งจะเริ่มต้นขึ้นอีกไม่กี่เดือน หลังจากที่เรานำข้อมูลไปใส่ไว้ในอินเตอร์เน็ตแล้ว

ตอนนี้ก็ได้มีสิ่งดีๆ เกิดขึ้นจากซีดีรอมดังกล่าวแล้ว ยกตัวอย่างเช่น เมื่อตอนที่ข้าพเจ้าเดินทางมายังอินเดีย เพื่อดำเนินการตามความปรารถนาของท่านอาจารย์ ที่ต้องการให้วิปัสสนาได้กลับมาฟื้นคืนในประเทศนี้ และเผยแผ่ออกไปทั่วโลกนั้น สิ่งแรกที่ข้าพเจ้านึกถึงก็คือ "ข้าพเจ้ามาที่นี่เพื่อเผยแผ่พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าไม่ใช่ศาสนาพุทธ ถ้าข้าพเจ้าบอกไปว่ามา

สอนศาสนาพุทธ ก็จะไม่มีใครแม้แต่คนเดียวมาฟังข้าพเจ้า ยิ่งเรื่องมาเข้าปฏิบัติ 10 วันกับข้าพเจ้ายิ่งไม่ต้องพูดถึงเลย" นี่ไม่ใช่กลยุทธอะไร แต่เป็นความเชื่อมั่นของข้าพเจ้า ทั้งนี้เพราะพระพุทธองค์ทรงคัดค้านเรื่องการแบ่งแยกลัทธินิกายอย่างมาก

หลังจากนั้นอีกหลายปีซีดีรอมชุดนี้ก็ออกมา ข้าพเจ้าถามคนที่ทำว่า "ลองช่วยหาคำว่า 'Bauddha' ซึ่งหมายถึงพุทธศาสนาหรือพุทธศาสนิกว่ามีอยู่ตรงไหนบ้างไหม" ในซีดีรอมนี้บรรจุคัมภีร์ไว้ 146 เล่ม ความยาวกว่า 55,000 หน้า ครอบคลุมคำหลายล้านคำ แต่ไม่มีคำว่า "Bauddha" อยู่แม้แต่คำเดียว ไม่ปรากฏคำว่า "พุทธศาสนา" อยู่ในที่ใดเลย ทั้งในพระไตรปิฎก อรรถกถา หรือฎีกา ไม่มีเลยจริงๆ ข้าพเจ้าจึงรู้สึกพอใจมาก

พระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้นเสื่อมไปได้อย่างไรกัน เราคงต้องศึกษาดูว่า คำว่า "พุทธศาสนา" เริ่มต้นขึ้นได้อย่างไร ใครใช้คำนี้เป็นคนแรก พูดตรงๆ แล้วข้าพเจ้าคิดว่าใครก็ตามที่เริ่มใช้คำว่า "พุทธศาสนา" หรือ "พุทธศาสนิก" ไม่ว่าจะในภาษาใดก็ตาม ถือเป็นศัตรูฉกาจกับคำสอนของพระพุทธเจ้า คำสอนของพระองค์นั้นเป็นสากล แต่ด้วยความเขลา ความไม่รู้ บุคคลผู้นี้จึงได้ทำให้พระธรรมคำสอนกลายเป็นเรื่องของลัทธินิกายไป พุทธศาสนานั้นเป็นของชาวพุทธเท่านั้น ในขณะที่ธรรมะเป็นของทุกๆ คน ถ้าท่านใช้คำว่า "พุทธศาสนา" ก็เท่ากับท่านกำลังทำให้คำสอนของพระพุทธเจ้าจำกัดอยู่แค่เฉพาะคนกลุ่มหนึ่ง ซึ่งถือเป็นเรื่องที่ผิดอย่างที่สุด

ฉะนั้น เราจะตั้งคำถามและแลกเปลี่ยนประเด็นเหล่านี้กับผู้คนทางอินเตอร์เน็ต เราจะให้ข้อมูลกับผู้คน และถ้าใครมีข้อมูลอื่นใดเราก็จะได้ข้อมูลนั้นจากพวกเขา ศูนย์แห่งนี้จะมีความสำคัญในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับคำสอนของพระพุทธเจ้าในด้านวิปัสสนา ถ้ามีการถกเถียงกันในเชิงปรัชญาเราก็จะตอบว่า "ขอโทษครับ เราไม่พูดคุยกันในเรื่องนี้ เราจะพูดคุยกันก็แต่เรื่องที่จะเป็นประโยชน์กับงานด้านวิปัสสนาเท่านั้น"

ถาม *ศิษย์เก่าหลายคนไปสอนอานาปานสติกันเอง บางคนถึงกับสอนวิปัสสนาด้วยอย่างนี้เหมาะแล้วหรือคะ*

ท่านอาจารย์ ไม่เหมาะเลย แต่จะทำอย่างไรได้ล่ะ เราไม่มีทนายที่จะไปควบคุมว่า "นี่โกเอ็นก้าได้จดทะเบียนเอาไว้ เป็นสิทธิขาดแต่ผู้เดียว เป็นเครื่องหมายการค้าของเขา" ไม่ใช่อย่างนั้น และก็ไม่ควรจะเป็นอย่างนั้นด้วย ทำไมนะหรือ ก็เพราะว่าวิปัสสนานั้นเปิดกว้างสำหรับทุกๆ คน

แต่เราอยากจะบอกว่า ถ้าท่านรู้สึกว่าอยากจะเผยแผ่วิปัสสนาให้แก่ผู้อื่น ก็ต้องทำให้ตัวเองตั้งมั่นอยู่ในธรรมะเสียก่อน แล้วหลังจากนั้นจึงจะได้รับการฝึกฝนถึงวิธีการ

สอนที่ถูกต้อง ต้องได้รับการฝึกฝนที่ถูกต้อง จากนั้นจึงจะไปสอนผู้อื่นได้ แต่ถ้ามีใครไม่เห็นด้วย ก็ไม่เป็นไร ไม่ต้องทุกข์ร้อน เราจะทำอย่างไรได้ล่ะ เราคงไม่ไปฟ้องร้องเอาเรื่องกับใครหรอก นี่คือความจริง

ถาม *ในธรรมบรรยาย ท่านได้พูดถึงโลกทั้ง 31 ภูมิ แต่ฟังดูแล้วเหมือนเป็นเรื่องของทฤษฎี จะเข้าใจเรื่องนี้ในระดับของความรู้สึกทางกายได้อย่างไรกันครับ*

ท่านอาจารย์ แน่นอน วิธีการปฏิบัติทั้งหมดจะพาไปถึงขั้นที่ทำให้ท่านเริ่มรู้สึกได้ ผู้ปฏิบัติบางราย ซึ่งก็มีน้อยมาก จะเริ่มรู้สึกว่า "ตอนนี้ฉันกำลังได้พบกับกระแสสั่นสะเทือนชนิดไหนหนอ" เขาพอจะเข้าใจว่ากระแสสั่นสะเทือนของโลกภูมินี้เป็นแบบนี้ ของโลกภูมินั้นเป็นแบบนั้น และภายหลังจากนั้นเขาก็จะสามารถเข้าถึงรายละเอียดได้มากยิ่งขึ้น

แต่ไม่จำเป็นที่เราจะต้องเชื่อเรื่อง 31 ภพภูมินี้ก่อน แล้วจึงจะสามารถพัฒนาธรรมะต่อไปได้ ไม่ใช่เลย ผู้คนที่มาหาข้าพเจ้านั้นมาจากวัฒนธรรมความเชื่อที่แตกต่างกัน บางวัฒนธรรมก็ไม่เชื่อเรื่องชีวิตชาติก่อนหรือชาติหน้า ซึ่งก็ไม่เป็นไร ข้าพเจ้าจะบอกไปว่า "ท่านเชื่อเรื่องชีวิตในชาตินี้ไหมล่ะ ถ้าเชื่อ ก็จงปฏิบัติเพื่อพัฒนาชีวิตในชาตินี้ หลังจากนั้นเมื่อท่านพัฒนาไปถึงขั้นที่สามารถจะเข้าใจได้ด้วยประสบการณ์ว่า ชีวิตชาติก่อนหรือชาติหน้าคืออะไร แล้วค่อยยอมรับก็ได้ ไม่ใช่ว่าต้องเป็นตอนนี้

ถาม *ถ้าเราได้มีโอกาสรับใช้ธรรมะ โดยต้องทำงานที่ขัดกับนิสัยตัวเอง เช่น ชอบทำงานกับผู้คน แต่ต้องไปทำงานกับคอมพิวเตอร์ เราควรจะยอมรับงานนี้หรือเปล่าคะ*

ท่านอาจารย์ เรื่องนี้เป็นปัญหาของฝ่ายจัดการ เราไม่ควรบังคับให้ใครทำอะไร ผู้คนมาที่นี่ก็เพื่อจะรับใช้ธรรมะ ถ้าเขาไม่สามารถทำงานบางอย่างได้ แต่ท่านกลับบอกว่า "ไม่ ท่านต้องทำงานนี้เท่านั้น" นั่นเท่ากับว่าท่านได้ไปขัดขวางความก้าวหน้าของคนผู้นี้ และของศูนย์ฯ ไม่ควรจะทำเช่นนั้น ฝ่ายจัดการต้องดูแลเรื่องนี้

จริงอยู่ที่เราไม่ควรจะไปบีบบังคับธรรมบริกร แต่ในขณะเดียวกัน ฝ่ายจัดการก็ต้องมีความระมัดระวัง ถ้ามีใครมาบอกว่า "ฉันจะอยู่ที่นี่ 6 เดือนหรือสักปี แต่ฉันทำงานนั้นงานนี้ไม่ได้นะ ฉันช่วยงานอะไรไม่ได้ ฉันมาที่นี่เพื่อจะนั่งปฏิบัติวันละ 2 หน ส่วนเวลาที่เหลือก็จะไปนั่งซุบซิบนินทา พูดคุย และพักผ่อน พอครบ 6 เดือนแล้ว ฉันก็จะไป" อย่างนั้นไม่ได้หรอก เพราะคนๆ นี้จะเริ่มทำร้ายตัวเอง รวมทั้งทำร้ายศูนย์ด้วย เราจึงต้องระวังเรื่องนี้ให้มาก แต่นั่นไม่ได้หมายความว่าเราจะไปเที่ยวบังคับให้ใครต่อใครทำอะไรที่เขาทำไม่ได้

ถาม *ท่านอาจารย์ครับ เราได้ข่าวว่าท่านรับปากจะไปเป็นแขกรับเชิญพิเศษในงานเปิดผ้าคลุมรูปปั้นดร.บาบาซาเฮ็บ เอ็มเบ็ดการ์ที่เมืองมุมไบ (เป็นผู้นำทางการเมืองที่มีชื่อเสียง มีบทบาทสำคัญในการชักชวนให้ผู้คนจากวรรณะจัณฑาลจำนวนมากหันมานับถือศาสนาพุทธ ซึ่งต่อมาเป็นที่รู้จักกันในอินเดียว่าเป็นพุทธศาสนาแนวใหม่) เราจึงเกรงว่าเรื่องนี้อาจเป็นสัญญาณว่า ท่านกำลังสนับสนุนองค์กรที่เป็นลัทธินิกาย จึงอยากจะขอให้ท่านช่วยกรุณาให้ความกระจ่างด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ ถ้ามีคนเชิญข้าพเจ้าไปเป็นแขกพิเศษแล้ว จะให้ข้าพเจ้าบอกว่า "อย่าให้ฉันเป็นแขกพิเศษเลย เป็นแค่แขกธรรมดาๆ ก็พอได้อย่างไร" ในเมื่อเป็นเช่นนั้น ข้าพเจ้าก็จะต้องนั่งอยู่ตรงนั้นในฐานะของแขกพิเศษ แต่จะไม่มีทางพูดอะไรที่ขัดกับธรรมะอันบริสุทธิ์ ข้าพเจ้าเคารพดร.เอ็มเบ็ดการ์มาก บรรพบุรุษของข้าพเจ้าและชนชั้นสูงทั้งหลายต่างกดขี่พวกเขามานานหลายชั่วอายุคน พวกเขาได้รับความอยุติธรรมมามากแล้ว ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นใจพวกเขาและปรารถนาจะให้พวกเขาเจริญงอกงามในธรรม

แต่ในขณะเดียวกัน พวกเขาก็ยังไม่เข้าใจว่าธรรมะที่บริสุทธิ์นั้นเป็นเช่นไร จึงเป็นหน้าที่ของข้าพเจ้าที่จะต้องอธิบายว่าธรรมะที่บริสุทธิ์นั้นคืออะไร ฉะนั้น ข้าพเจ้าจึงบอกพวกเขาไปว่า "ถ้าท่านเชิญข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะพูดถึงเรื่องวิปัสสนาเท่านั้น ไม่พูดเรื่องอื่น" พวกเขาตอบกลับมาว่า "วิเศษไปเลย ขอให้ท่านพูดเกี่ยวกับวิปัสสนาอย่างเดียวก็พอ เราเชิญท่านมาก็ด้วยวัตถุประสงค์นี้ ผู้คนจะได้รู้ว่าวิปัสสนาคืออะไร คำสอนที่แท้จริงของพระพุทธองค์คืออะไร" สำหรับผู้ที่ถูกกดขี่มานานหลายชั่วอายุคนเหล่านี้ ดร.เอ็มเบ็ดการ์ได้สร้างคุณูปการด้วยการปลดแอกพวกเขาจากระบบวรรณะ และอย่างน้อยก็ทำให้พวกเขารู้จักที่จะเคารพตนเอง แต่ก็ยังขาดคำสอนที่แท้จริงของพระพุทธองค์ไป ถ้ามีสิ่งนี้ด้วยก็วิเศษ ด้วยเหตุนี้ ข้าพเจ้าจึงทำหน้าที่ในการน้อมนำธรรมะที่บริสุทธิ์ไปให้พวกเขา

ถาม *การที่ผู้ช่วยอาจารย์สวมใส่เครื่องประดับหรือเสื้อผ้าที่ดูเตะตา ในขณะที่นั่งอยู่บนธรรมาสน์นั้น ไม่ถือว่าผิดศีล 8 หรอกหรือคะ*

ท่านอาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์ไม่ได้รักษาศีล 8 แต่รักษาศีล 5 แต่ถ้าหากผู้ช่วยอาจารย์ท่านนั้นไปเข้าปฏิบัติในหลักสูตร ก็ต้องรักษาศีล 8 ผู้ช่วยอาจารย์ไม่อาจรักษาศีล 8 ได้ตลอดเวลา ก็เพราะต้องไปจัดอบรมที่นี่ที่นั่นอยู่เสมอ ซึ่งหมายความว่าเขาจะต้องถือศีล 8 ไปตลอดชีวิตอย่างนั้นหรือ ไม่ใช่หรอก ศิษย์เก่าที่เข้าปฏิบัติเท่านั้นที่ต้องรักษาศีล 8 ในขณะที่อาจารย์ต้องรักษาศีล 5 ให้สมบูรณ์ที่สุด

ถาม *การมีลูกถือเป็นอุปสรรคต่อความ*

เจริญก้าวหน้าในธรรมะหรือเปล่าคะ

ท่านอาจารย์ เหตุใดจึงเป็นอุปสรรคเล่า หากท่านเลี้ยงดูลูกๆ ของท่านด้วยธรรมะ ท่านก็มีโอกาสวิเศษที่จะได้ให้ความรักความเมตตาแก่ลูกๆ ซึ่งจะช่วยให้ท่านสามารถแบ่งปันความรักความเมตตาให้แก่โลกทั้งโลกด้วย จึงไม่ได้เป็นอุปสรรคเลย นางวิสาขามหาอุบาสิกามีลูกถึง 20 คน แต่ก็ยังเจริญก้าวหน้าในธรรมะอย่างมาก นี่ไม่ได้หมายความว่าท่านไม่ควรมีการวางแผนครอบครัว แต่หมายความว่าถึงแม้จะมีลูก ท่านก็ยังเจริญงอกงามในธรรมได้

ถาม *ผมไม่ชอบเห็นคนหย่าร้างกัน แต่จะรู้สึกไม่สบายใจอย่างยิ่งเมื่อเห็นคู่สามีภรรยาในโลกตะวันตกที่ปฏิบัติธรรมแยกทางกัน จึงอยากจะขอคำแนะนำจากท่านอาจารย์ครับ*

ท่านอาจารย์ เรื่องนี้เป็นเรื่องที่รบกวนจิตใจของทุกๆ คน ไม่ว่าจะในโลกตะวันตกหรือตะวันออก ถ้าท่านได้ตกลงปลงใจกับใครสักคนแล้ว กลับปล่อยให้อีกฝ่ายเดินจากไปง่ายๆ เมื่อใดก็ได้ นี่ก็ไม่ใช่ชีวิตครอบครัวอย่างที่ควรจะเป็น แล้วลูกๆ เล่าจะเป็นอย่างไร พวกเขาคงสงสัยว่า "ตอนนี้ฉันควรจะเรียกใครเป็นแม่เป็นพ่อดี" ตอนที่ข้าพเจ้าอ่านใบสมัครของผู้ปฏิบัติในหลักสูตรที่ข้าพเจ้าสอน และได้เห็นคนหนึ่งเขียนว่ามีพ่อแม่ 3 คนนั้น ข้าพเจ้ารู้สึกเศร้าใจแทนคนๆ นี้เป็นอย่างมาก เขาไม่เคยได้รับความรักจากพ่อหรือแม่เลย เพราะพ่อกับแม่ไปอยู่กับคนอื่นเสียแล้ว

ฉะนั้น เรื่องนี้จึงขัดกับธรรมะอย่างยิ่ง เราจะไม่สนับสนุน แต่มันก็ยังเกิดขึ้น เราต้องพยายามเปลี่ยนแปลงแบบค่อยเป็นค่อยไป ข้าพเจ้าคิดว่าเรื่องนี้เป็นปัญหาที่ใหญ่ที่สุดในวัฒนธรรมตะวันตกขณะนี้ อย่างไรก็ตาม เราก็ไม่ควรจะตึงเกินไป จนห้ามแยกทางกันเมื่อเกิดปัญหา ถ้าหากท่านหย่าร้างกันแล้ว ท่านสาบานว่า "ฉันจะไม่แต่งงานอีก ฉันใช้ชีวิตคู่มาพอแล้ว ต่อไปนี้ฉันจะอยู่เป็นโสดล่ะ" วิเศษ ถ้าอย่างนี้ ก็หย่ากันได้

ถาม *ขอให้ท่านอาจารย์ช่วยให้คำแนะนำแก่แม่ลูกอ่อนที่พยายามจะปฏิบัติธรรม แต่รู้สึกแย่ที่ทำไม่ได้*

ท่านอาจารย์ ทำไมจะทำไม่ได้ล่ะ ขณะที่ลูกอยู่บนตัก ท่านก็ยังปฏิบัติได้ ท่านสามารถให้ความรักความเมตตาแก่ลูกๆ และคนอื่นๆ ได้ ท่านต้องเรียนรู้ว่าจะปฏิบัติธรรมในสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างไร จงใช้ธรรมะในการทำหน้าที่ต่างๆ หน้าที่ของแม่ก็คือการดูแลลูกๆ จงทำหน้าที่นี้ในวิถีทางของธรรมะ นี่ก็จะช่วยท่านได้

ถาม *ผมได้ยินมาว่าผู้ปฏิบัติสงสัยกันว่าทำไมอาจารย์และผู้ช่วยอาจารย์จึงได้แยกไปรับประทานอาหารต่างหาก และได้รับที่พักที่สะดวกสบาย*

ท่านอาจารย์ ทำไมอาจารย์ถึงได้รับที่พัก

ที่สะดวกสบายนะหรือ ขอให้เข้าใจว่าเราไม่สามารถจัดหาที่พักที่สะดวกสบายให้แก่ผู้ปฏิบัติทุกคนได้ ผู้ปฏิบัติมาเข้าอบรมเพียงแค่ 10 วันเท่านั้น แต่อาจารย์ต้องมาอยู่กันเป็นเดือนเป็นปี ถ้าท่านไม่ให้ความสะดวกสบายที่จำเป็นแล้ว อาจารย์จะสอนอย่างเต็มที่ได้อย่างไรกัน นี่จึงไม่ใช่เรื่องของความโอ่อ่าสุขสบาย แต่เป็นความจำเป็น เราต้องอำนวยความสะดวกบางอย่างให้แก่อาจารย์มากกว่าที่ให้กับผู้ปฏิบัติ

ถาม *ขอให้ท่านช่วยกรุณาอธิบายอีกสักครั้งว่า เหตุใดท่านจึงได้บอกว่าการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นการกระทำที่ผิดศีล*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าไม่ได้บอกว่าการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นการกระทำที่ผิดศีล แต่มันจะนำไปสู่การกระทำที่ผิดศีล กล่าวคือ ถ้าท่านได้ตกเป็นทาสของกามราคะแล้ว ไม่ได้รับการตอบสนอง ท่านก็จะหันไปใช้วิธีสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ซึ่งมีแต่จะทำให้เลยเถิดไปมากยิ่งขึ้น ฉะนั้น เราจึงได้พยายามช่วยให้ผู้คนออกมาจากการกระทำนี้ และหลุดพ้นจากกามราคะ นี่คือเป้าหมายของวิปัสสนา

ถาม *เราจะหาจุดสมดุลระหว่างการรับใช้ที่ปราศจากอัตตากับการดูแลตัวเองอย่างไรดีคะ*

ท่านอาจารย์ (หัวเราะ) ถ้าเราไม่รู้จักที่จะดูแลตัวเองแล้ว จะไปรับใช้ผู้อื่นได้อย่างไรกันล่ะ ท่านต้องดูแลตัวเองก่อน แล้วจึงค่อยไปเริ่มงานรับใช้ที่ปราศจากอัตตา

ถาม *ในการอบรมวิปัสสนา ดูจะมีหลายเรื่องที่ไม่เหมาะสมในแง่ของทฤษฎี เช่น มีการพูดถึงเรื่องอดีตชาติของพระพุทธเจ้าและอิทธิปาฏิหาริย์ด้วย ผู้ปฏิบัติจำเป็นต้องยอมรับสิ่งเหล่านี้ก่อนที่จะได้รับประโยชน์จากวิปัสสนาด้วยหรือ*

ท่านอาจารย์ ไม่จำเป็นเลย ก็อย่างที่ได้พูดมาแล้ว มีผู้ที่มาเข้าปฏิบัติที่นี่ ซึ่งไม่เชื่อเรื่องอดีตชาติหรือชาติหน้า แต่ก็ยังเจริญก้าวหน้าได้ ผู้ปฏิบัติไม่จำเป็นต้องยอมรับเรื่องนี้ แต่ในฐานะที่เป็นอาจารย์ผู้รับผิดชอบ ไม่ว่าจะข้าพเจ้าจะมีประสบการณ์อะไรหรือมีความเข้าใจเรื่องอะไร ก็ต้องให้พวกเขาได้รับทราบข้อเท็จจริงนั้นๆ ข้าพเจ้าไม่อาจพูดเพียงเพื่อเอาใจผู้อื่นว่า "ไม่มีชีวิตชาติก่อนหรือชาติหน้าหรอก" ถ้าทำเช่นนั้น ข้าพเจ้าก็จะกลายเป็นผู้ชี้นำผิดๆ ได้ ด้วยเหตุนี้ข้าพเจ้าจึงต้องระมัดระวังอย่างมาก ผู้ที่มาปฏิบัติอาจจะยอมรับหรือไม่ยอมรับก็ได้ นั่นไม่ใช่ปัญหาของข้าพเจ้า

ถาม *ถ้าท่านได้ไปเกิดในสวรรค์ ท่านจะเกิดจากพ่อแม่ที่เป็นเทพในแบบเดียวกับมนุษย์หรือเปล่าคะ*

ท่านอาจารย์ ถ้าข้าพเจ้าได้ไปเกิดอย่างนั้น ข้าพเจ้า จะมาเล่าให้ฟัง ไม่ใช่ตอนนี้ (หัวเราะ)

ถาม *เหตุใดพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ทรง*

ลังเลที่จะบวชให้กับสตรีในตอนแรกล่ะคะ

ท่านอาจารย์ ไปถามพระพุทธเจ้าเถิด อย่าถามข้าพเจ้า อย่างไรก็ตาม ท่านต้องเข้าใจสถานการณ์ในสมัยนั้นว่าไม่มีความปลอดภัยเลย แม้แต่พ่อค้าที่เดินทางไปต่างเมือง ก็ต้องผ่านป่ารกชัฏที่เต็มไปด้วยโจรและอันตรายนานา มีเรื่องราวของการถูกข่มขืนเกิดขึ้นมากมาย ไม่เว้นแม้กระทั่งนักบวชสตรีทั้งในสายของพระพุทธเจ้าและในสายอื่นๆ ฉะนั้น จึงเป็นธรรมดาที่ในสถานการณ์เช่นนั้นพระองค์จะทรงแนะนำให้ปฏิบัติธรรมอยู่กับบ้าน พระองค์เองก็ทรงสอนพระประยูรญาติทั้งหลายขณะที่พวกเขาอยู่ในวัง จนได้สำเร็จเป็นพระโสดาบันกัน ซึ่งต่อมาพระราชบิดาของพระองค์ก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ด้วย ถึงแม้จะก้าวหน้าช้าไปบ้าง แต่ก็ยังปฏิบัติต่อๆ ไปได้ อย่างไรก็ตาม เมื่อพวกเขารบเร้าและพระอานนท์ก็ช่วยทูลขอ พระองค์จึงได้ทรงยินยอมให้บวชได้ แต่นั่นเป็นเหตุผลหลัก ไม่มีเหตุผลอื่น

ถาม *แม้ทุกวันนี้ ในหลายๆ ประเทศส่วนใหญ่ก็ไม่ยอมรับสตรีเป็นส่วนหนึ่งของสังฆะ*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าจะทำอะไรได้ หากสังฆะได้หายไปจากประเทศนั้นๆ ถ้าสังฆะของภิกษุณีหายไป ใครจะเริ่มสร้างขึ้นมาใหม่ ตามประเพณีกำหนดว่า ต้องมีพระภิกษุ 5 รูป จึงจะบวชพระภิกษุได้ ในทำนองเดียวกัน ก็ต้องมีภิกษุณี 5 รูป จึงจะประกอบพิธีบวชภิกษุณีได้ หากไม่มีภิกษุณีเลยจะทำได้อย่างไร นี่ไม่ใช่เรื่องที่ข้าพเจ้าต้องรับผิดชอบ ที่ข้าพเจ้าต้องรับผิดชอบคือการสอนธรรมะ ไม่ว่าผู้นั้นจะเป็นภิกษุณีหรือฆราวาสหญิง ก็ไม่ได้แตกต่างอะไรกันสำหรับข้าพเจ้า ข้าพเจ้าก็ยังคงสอนพวกเขา

ถาม *การหาคู่ครองที่ปฏิบัติธรรมด้วยกันเป็นเรื่องที่เราลิขิตได้ หรือเป็นเรื่องของกรรมเท่านั้นครับ*

ท่านอาจารย์ ถ้าเป็นอย่างนั้น ท่านก็อาจจะบอกว่า "เป็นเรื่องของกรรมทั้งนั้น ทำไมฉันจะต้องทำงานหาเลี้ยงปากท้องด้วย ตอนนี้ถึงเวลาอาหารเช้าแล้ว เจ้ากรรมเอ๋ย จงไปเอาอาหารมาให้ฉันซิ" แล้วนั่นจะเป็นไปได้ไหม เราต้องเสาะหา แต่จงหาในแบบที่ถูกที่ควร อย่าไปเที่ยววิ่งตามใครต่อใครเพื่อหาคู่ครอง ไม่ใช่อย่างนั้น จงเสาะหาด้วยวิธีที่ถูกต้อง ที่สมควร ❖



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมสิขร ประเทศอินเดีย

22 มีนาคม 2541

ถาม–ตอบ

ถาม *คุณสมบัติสำคัญที่สุดในการรับใช้ธรรมะคืออะไรคะ*

ท่านอาจารย์โกเอ็นก้า ถ้าท่านไม่มีเมตตาก็ยังไม่ควรที่จะมารับใช้ธรรมะ บางครั้งธรรมบริกรก็ทำตัวราวกับเป็นตำรวจ ตวาดใส่ผู้ปฏิบัติที่ไม่ทำตามกฎระเบียบ ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่ถูกต้องอย่างยิ่ง อันที่จริงแล้วธรรมบริกรทุกคนคือตัวแทนของธรรมะที่ผู้ปฏิบัติจะคอยเฝ้าดูพฤติกรรม ถ้าเห็นว่าหยิ่งยโสเหมือนกับคนอื่นๆ เขาก็จะหมดศรัทธาในธรรมะ

ฉะนั้น การรับใช้ธรรมะจึงเป็นความรับผิดชอบที่ใหญ่หลวง ถ้าคนผู้นั้นไม่อาจปฏิบัติงานด้วยความเมตตาและอ่อนน้อมถ่อมตนได้ ก็ควรจะถอนตัวออกไปเสีย

ถาม *อยากจะให้ท่านช่วยอธิบายถึงความสำคัญของการนั่งปฏิบัติประจำวันค่ะ*

ท่านอาจารย์ ท่านเป็นนักปฏิบัติวิปัสสนาแล้วไม่นั่งปฏิบัติประจำวัน ท่านเป็นนักปฏิบัติแบบไหนกัน (หัวเราะ) มาเข้าปฏิบัติให้มากขึ้นสิ

ถาม *เหตุใดการละเว้นจากการประพฤติผิดในกามและการเสพสิ่งเสพติด จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งกับธรรมบริกรล่ะครับ*

ท่านอาจารย์ เพราะมันมีความสำคัญต่อความก้าวหน้าในธรรมะ ศีลทุกข้อล้วนมีความสำคัญต่อธรรมบริกร แต่ศีลสองข้อนี้สำคัญที่สุด ทั้งนี้เพราะว่าถ้าหากท่านยังคงเสพสิ่งเสพติด ท่านก็จะตกเป็นทาสของการเสพติดต่อไป จนไม่สามารถก้าวหน้าในธรรมะได้ จิตที่เป็นทาส ย่อมไม่มีความสงบ ท่านต้องเป็นนายของตัวเอง แล้วจะไม่ตกเป็นทาสของการสารเสพติด

เช่นเดียวกับเรื่องการประพฤติผิดในกาม การปฏิบัติธรรมจะช่วยให้ทั้งสามีและภรรยาพัฒนาไปถึงขั้นที่ใช้ชีวิตพรหมจรรย์ร่วมกันได้ในที่สุด แต่ถ้าไปมีความสัมพันธ์กับคนมากกว่าคนเดียวแล้ว ความต้องการทางเพศก็มีแต่จะเพิ่มพูนขึ้น เหมือนกับราดน้ำมันลงไปในกองเพลิงที่ท่านอยากจะให้มันดับ

ฉะนั้น กฎเกณฑ์ข้อแรกคือ ต้องมีความสัมพันธ์ทางเพศเฉพาะกับคู่ครองของตนเท่านั้น ไม่ใช่กับผู้อื่น หากทั้งคู่เป็นนักปฏิบัติ

วิปัสสนาที่ดี เมื่อเกิดอารมณ์ต้องการ ก็ให้เฝ้าสังเกตดูเวทนาที่เกิดขึ้น และยอมรับความจริงว่า "มีความต้องการเกิดขึ้นในใจฉันแล้ว" ขณะที่สังเกตเวทนา เขาก็อาจคลี่คลายจากอารมณ์นั้นได้ แต่ถ้าไม่เป็นเช่นนั้น และมีความสัมพันธ์กัน ก็ไม่ผิด เพราะเขาไม่ได้ละเมิดศีล ข้าพเจ้าพบเห็นมาหลายรายแล้ว ที่เมื่อปฏิบัติไปๆ ก็สามารถคลี่คลายจากกามราคะได้อย่างง่ายดาย โดยที่ยังคงมีความสุข ความสบายใจ ไม่เกิดความต้องการ อันที่จริงแล้วความสัมพันธ์ทางเพศเป็นสิ่งที่ธรรมชาติให้มาเพื่อการสืบพันธุ์ แต่เพราะความอ่อนแอของมนุษย์ จึงกระทำมากกว่าที่ธรรมชาติต้องการ โดยใช้มันเพียงเพื่อบำบัดความใคร่

ถ้าท่านปฏิบัติวิปัสสนาไปเรื่อยๆ ก็จะค่อยๆ หลุดพ้นจากกามราคะ จนไปถึงขั้นที่ใช้ชีวิตพรหมจรรย์ ในขณะที่การรักษาพรหมจรรย์แบบเก็บกดนั้นไม่มีประโยชน์อะไร พรหมจรรย์ที่เป็นไปตามธรรมชาตินี้จะช่วยให้ท่านพัฒนาในธรรมะได้มากและเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว

ถาม *ธรรมบริกรจะแก้ปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นกับธรรมบริกรคนอื่นๆ ได้อย่างไร*

ท่านอาจารย์ ให้ใช้วิธีการของธรรมะ ถ้ามีความขัดแย้ง แล้วท่านทะเลาะกัน จนทำให้เกิดบรรยากาศที่ไม่ดีขึ้นในศูนย์ปฏิบัติธรรม ก็จะเป็นอกุศลกรรมไป หากมีความคิดเห็นที่แตกต่างกันระหว่างธรรมบริกร ขอให้แก้ไขด้วยความเมตตาต่อกัน อย่าทะเลาะกัน ถ้ายังจัดการไม่ได้ ก็ให้ไปหาผู้ที่อาวุโสกว่าอธิบายเรื่องราวให้ฟัง แล้วเขาจะให้คำแนะนำแก่ท่าน

การอยู่ในศูนย์ฯ ด้วยความรู้สึกไม่ดีนั้นเป็นอกุศล ถ้าหากท่านอารมณ์เสียอยู่ที่บ้านก็แย่พอแล้ว แต่นั่นยังมีขอบเขตจำกัดอยู่เฉพาะคนในครอบครัว ในขณะที่ศูนย์ปฏิบัติธรรมมีบรรยากาศที่ดีของกระแสเมตตา หากท่านทำให้เสียไปด้วยความรู้สึกที่ไม่ดีแล้ว ก็ย่อมจะทำร้ายผู้คนจำนวนมากที่มาเข้าปฏิบัติเพื่อจะได้รับประโยชน์จากธรรมะ

ถ้าท่านรู้สึกว่ากำลังมีความรู้สึกไม่ดีเกิดขึ้นกับตัวเอง ก็ควรจะหยุดพัก ไปปฏิบัติ ชำระสะสางความรู้สึกที่ไม่ดีออกไปก่อน แล้วค่อยกลับมารับใช้ธรรมะอีกครั้ง

ถาม *การก้มกราบมีประโยชน์อย่างไรครับ*

ท่านอาจารย์ ในสายตาของคนส่วนใหญ่ เวลาที่ท่านก้มกราบใคร แสดงว่าท่านกำลังให้ความเคารพต่อคนผู้นั้น นี่คือเหตุผลของการปฏิบัติเช่นนี้ แท้ที่จริงแล้ว บริเวณนี้ (ส่วนบนสุดของศีรษะหรือกระหม่อม) เป็นส่วนที่ร่างกายจะเปิดรับทั้งกระแสที่ดีและไม่ดี ฉะนั้น เพื่อให้ได้รับผลดี ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจึงต้องให้ความสนใจจดจ่ออยู่ที่บริเวณนี้ แล้วก้มกราบผู้ที่กำลังแผ่เมตตาหรือแผ่กระแสธรรมะให้

ข้าพเจ้ายังจำได้ว่าท่านอาจารย์ของข้าพเจ้าสอนให้พวกเราก้มกราบอย่างไร ครั้งแรกให้มีสติรับรู้ถึงเวทนาที่บริเวณนี้ (ส่วนบนสุดของศีรษะ) ไปพร้อมๆ กับระลึกรู้ในอนิจจัง ครั้งที่สองให้ระลึกรู้ในทุกขัง และครั้งที่สามให้ระลึกรู้ในอนัตตา ทุกครั้งที่เราก้มกราบ ท่านอาจารย์จะถามว่า "เธอก้มกราบอย่างถูกต้องหรือเปล่า"

เมื่อท่านระลึกรู้ในอนิจจังที่บริเวณนี้ ก็จะตระหนักว่า "โอ้ ทุกสิ่งล้วนไม่เที่ยง" เมื่อท่านระลึกรู้ในทุกขัง ท่านก็จะตระหนักว่า "สิ่งใดก็ตามที่ไม่เที่ยง ล้วนเป็นบ่อเกิดแห่งความทุกข์ ไม่ใช่ความสุข" และด้วยความระลึกรู้ในอนัตตา ท่านก็จะตระหนักว่า "ไม่มี 'ฉัน' 'ของฉัน' มีแต่ปรากฏการณ์ของนามรูปเท่านั้น" ฉะนั้น การก้มกราบจึงต้องทำด้วยความเข้าใจและมีสติระลึกรู้ถึงเวทนาที่ส่วนบนสุดของศีรษะ

ถาม *อยากจะขอให้ท่านอาจารย์ช่วยอธิบายถึงพิธีการ 4 อย่างในตอนเริ่มต้นหลักสูตรว่า มีประโยชน์อย่างไรกับการปฏิบัติ ไม่ใช่เป็นเรื่องของพิธีกรรมหรอกหรือครับ*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าได้อธิบายเรื่องนี้ทุกครั้งที่มีการอบรม การที่ท่านขอถือเอาพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งนั้น ไม่ใช่เรื่องของพิธีกรรม เพราะท่านกำลังถือเอาคุณสมบัติของพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง ด้วยความตั้งใจที่จะพัฒนาคุณสมบัติเหล่านั้นให้เกิดขึ้นในตัวท่าน ถ้าท่านไม่ได้มีความตั้งใจเช่นนั้น แล้วเพียงแต่กล่าวตามๆ ไปอย่างนั้น ก็จะเป็นแค่พิธีกรรม

เช่นเดียวกับการที่ท่านขอสมาทานศีล 5 ก็ต้องทำด้วยความตั้งใจว่า จะรักษาศีลให้ได้อย่างน้อยใน 10 วันนี้ แล้วนั่นก็จะไม่ใช่พิธีกรรม แต่เป็นความมุ่งมั่นอันแน่วแน่

ส่วนการที่ท่านยอมมอบตน ก็เท่ากับเป็นการยอมรับว่าท่านจะปฏิบัติตามคำสอนที่ได้รับ จริงๆ แล้วคือการยอมมอบตนให้กับวิธีการปฏิบัตินั่นเอง ถ้าท่านทำด้วยความเข้าใจเช่นนี้ ก็ไม่มีตรงไหนที่ผิด

สุดท้ายที่เป็นการขอกรรมฐานนั้น เป็นเรื่องของประเพณีดีงามที่ว่า จะต้องไม่มีการยัดเยียดธรรมะแก่ใคร แต่จะให้แก่เฉพาะผู้ที่ต้องการเท่านั้น เมื่อท่านกล่าวคำขอกรรมฐานเพื่อให้อาจารย์สอนธรรมะแก่ท่าน ก็เท่ากับท่านเข้าใจว่าอาจารย์คือผู้สอน ส่วนตัวท่านเองคือผู้รับที่พร้อมจะเรียนรู้

ระเบียบพิธีการเหล่านี้ไม่ใช่พิธีกรรม เพราะมีความหมายแฝงอยู่อย่างชัดเจน เราจะพูดถึงวัตถุประสงค์นี้ทุกครั้งที่ให้คำสอนอานาปานสติ

ถาม *อาจารย์ประจำศูนย์มีบทบาทอย่างไรที่จะป้องกันไม่ให้ธรรมบริกรที่ทำงานมานานรู้สึกเหนื่อยล้า*

ท่านอาจารย์ เป็นหน้าที่ของอาจารย์ที่จะต้องดูแลไม่ให้ใครทำงานหนักจนเกินไป ธรรมบริกรแต่ละคนต้องทำงานตามกำลัง

ความสามารถของตน ถ้าอาจารย์เห็นว่าคนไหนเหนื่อยล้ามากจากการรับใช้ธรรมะ ก็ควรจะให้เขาได้พักผ่อน ปฏิบัติ และฟื้นฟูพละกำลัง ก่อนที่จะให้เขากลับมารับใช้ธรรมะอีกครั้ง หากปล่อยให้ภาระไปตกหนักแก่ผู้ที่ไม่สามารถทำงานได้ในขณะนั้น ก็ไม่ใช่เรื่องดี อาจารย์ต้องคอยป้องกันไม่ให้เกิดเรื่องเช่นนี้ขึ้น

ถาม *ผมควรทำอย่างไรดีครับ ถ้าหลังจากที่นั่งปฏิบัติประจำวันแล้ว ทั้งกายและใจไม่พร้อมจะแผ่เมตตา ถึงแม้จะได้ผ่อนคลายแล้วก็ตาม*

ท่านอาจารย์ ถ้าท่านไม่พร้อมจะแผ่เมตตาก็ไม่ควรทำ แต่อย่างน้อยที่สุดในระดับพื้นผิวของจิต ให้คิดว่า “ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุข” ถึงมันจะไม่ค่อยมีพลังสักเท่าไร ก็ให้ลองพยายามทำดู อย่างไรก็ตาม ถ้าจิตใจว้าวุ่นมาก ก็ไม่ควรแผ่เมตตา

เมื่อใดที่มีกระแสสั่นสะเทือนละเอียดเบาสบายเกิดขึ้น และท่านรู้สึกสุขสงบ เมตตาที่แผ่ออกไปก็จะมีพลัง ช่วยให้บรรยากาศโดยรอบดีไปด้วย

ถาม *ถ้าหากผู้มีอาวุโสในธรรมะตัดสินใจด้วยตนเอง ขัดกับหลักการที่ท่านวางไว้ เราในฐานะธรรมบริกรควรจะทำอย่างไร*

ท่านอาจารย์ ขอให้เสนอความเห็นของท่านกับคนผู้นี้อย่างอ่อนน้อมและสุภาพว่า “โดยหลักการแล้ว ผมคิดว่าเรื่องนี้ไม่น่าจะตัดสินใจแบบนี้ น่าจะเป็นอย่างนี้มากกว่า” แล้วผู้อาวุโสท่านนั้นก็จะอธิบายถึงเหตุผลในการตัดสินใจของเขาให้ฟัง แต่ถ้าท่านพบว่ายังมีความเห็นที่ต่างกันอยู่ ก็อาจบอกว่า “เรื่องนี้ เรามีความคิดเห็นไม่ตรงกัน ผมว่าเราควรจะเขียนไปหาอาจารย์อาวุโสหรือท่านอาจารย์โกเอ็นก้า แล้วเล่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นให้ท่านตัดสินใจ” แต่จงอย่าได้เขียนถึงอาจารย์อาวุโสโดยที่ท่านยังไม่ทันได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับบุคคลผู้นี้ มิฉะนั้นแล้วจะกลายเป็นการให้ร้ายป้ายสี ซึ่งเป็นการทำผิดศีลไป ขอให้ระวังอย่าทำผิดศีลด้านวาจา

บ่อยครั้งมีคนเขียนจดหมายมาหาข้าพเจ้าว่า “คนนี้ทำอย่างนั้น คนนั้นทำอย่างนี้” พอข้าพเจ้าสอบถามไปว่า ได้พูดคุยเรื่องนี้กับผู้ที่ถูกพาดพิงแล้วหรือยัง เขาก็ตอบว่ายัง แล้วอย่างนี้จะเขียนถึงข้าพเจ้าด้วยเหตุใดกัน

เป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งที่ท่านต้องพูดคุยปัญหากับผู้ที่เกี่ยวข้องก่อน ซึ่งส่วนใหญ่ก็มักจะคลี่คลายไปได้เมื่อมีการหารือกันโดยตรง ไม่ใช่ตั้งแง่ใส่กัน ต้องคุยกันดีๆ พยายามเข้าใจมุมมองของอีกฝ่าย บางทีความเห็นของท่านหรือของอีกฝ่ายอาจจะผิด แต่เมื่อได้พูดคุยกันแล้ว พวกท่านก็จะเข้าใจกันมากขึ้น ถ้าเรื่องยังไม่กระจ่าง ก็ให้ขอคำปรึกษาจากผู้อาวุโสท่านอื่นๆ

ถาม *ดิฉันทราบมาว่า ธรรมบริกรที่มี*

ประสบการณ์ควรปฏิบัติต่อศิษย์ใหม่และผู้มาเยือนด้วยความเมตตาให้มากกว่าศิษย์เก่า แล้วจะทำได้อย่างไรคะ

ท่านอาจารย์ ต้องปฏิบัติธรรมให้มากขึ้นๆ เมื่อจิตของท่านบริสุทธิ์ขึ้น ก็จะมีเมตตามากขึ้นเอง จากคำถามแรกๆ ที่ว่าเหตุใดจึงมีความสำคัญที่จะต้องปฏิบัติประจำวันด้วย ขอให้เข้าใจว่า ถ้าท่านไม่ปฏิบัติประจำวันแล้ว ก็ย่อมไม่อาจจะพัฒนาเมตตาขึ้นได้ และถ้าปราศจากเมตตาเสียแล้ว ท่านก็ไม่อาจจะรับใช้ธรรมะได้ ฉะนั้น การปฏิบัติประจำวันจะช่วยให้ธรรมะของท่านแก่กล้ายิ่งขึ้น และเมตตาของท่านก็จะแรงกล้าขึ้นด้วย ซึ่งจะเป็นผลดีอย่างยิ่งต่อผู้ที่มาเข้าปฏิบัติ

ก็อย่างที่ข้าพเจ้าได้กล่าวไปแล้วว่า ผู้ที่มาเข้าปฏิบัติมักจะคอยจับจ้องธรรมบริกร อาจารย์ และผู้ที่ดูแลจัดการศูนย์ฯ หากเขาเห็นว่าบุคคลเหล่านี้ไม่ได้ปฏิบัติตามที่สอนกันที่นี่แล้ว เขาก็จะคิดว่านี่เป็นเรื่องโกหกหลอกลวงทั้งเพ และบอกกับตัวเองว่า "ดูสิ วิธีนี้ไม่เห็นจะช่วยคนที่ปฏิบัติที่นี่เลย แล้วฉันจะเสียเวลาไปทำไมกัน"

จงระมัดระวังให้มาก พัฒนาธรรมะของท่านให้แก่กล้า เพื่อที่ว่าจะได้มีเมตตามากขึ้น จงรักษาบรรยากาศให้มีแต่ความเมตตา ถ้าทำได้ดังนี้แล้ว ท่านก็จะประสบกับความสำเร็จ และศูนย์ฯ ก็จะประสบกับความสำเร็จ ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ก็จะได้รับประโยชน์

ถาม *ท่านรามณะ มหาฤษีพูดถึงความเชื่อที่ว่า ความตื่นรู้ไม่มีตัว "ผู้รู้" ผมจึงมีข้อสงสัยเกี่ยวกับสิ่งที่เรียกว่าผู้รู้ คือมีบ้างไหมที่ความพยายามในการปฏิบัติไม่ได้นำไปสู่อุเบกขา ผมรู้สึกว่าบางครั้งผมก็มีความอยากที่จะไม่อยาก หรือผมแสวงหาที่จะไม่แสวงหา ผมปรารถนาที่จะตื่นรู้มากกว่าที่จะแสวงหา ยิ่งผมแสวงหาเท่าไร ก็ดูเหมือนจะถอยห่างไปจากจุดหมายปลายทางมากขึ้นทุกที*

ท่านอาจารย์ สิ่งที่ท่านรามณะ มหาฤษีพูดนั้นถูกต้อง แต่สำหรับในขั้นที่สูงขึ้นไป ผู้ที่เพิ่งก้าวเดินไปบนเส้นทางนี้จะต้องปฏิบัติตามคำสอนที่ได้รับ จนกว่าจะพัฒนาไปถึงขั้นที่ปราศจาก "ตัวฉัน" (อนัตตา) และเมื่อใดที่ปราศจากตัวฉัน ก็ย่อมจะไม่มีผู้กระทำ แต่ถ้าเราบอกว่าไม่มี "ตัวฉัน" เสียตั้งแต่ตอนแรก ท่านก็อาจจะสับสนและคิดว่าไม่จำเป็นต้องปฏิบัติ ท่านจึงต้องเข้าใจก่อนว่า "ท่านต้องก้าวเดินไปบนหนทางนี้ทีละก้าว"

เมื่อถึงเวลา ท่านก็จะเข้าใจว่า "หนทางนั้นมีอยู่ แต่ไม่มีตัวตนของผู้ที่เดินทาง มีแต่เพียงขั้นตอนที่ใช้เดินไปบนหนทางเท่านั้น" ความเข้าใจดังนี้จะต้องเกิดขึ้นเอง แต่ถ้าท่านยังรู้สึกเป็นตัวตนอยู่ แล้วพยายามจะฝืนความรู้สึกว่า ไม่มี "ตัวฉัน" ทั้งๆ ที่มันยังมี ก็จะไม่ช่วยให้ท่านเข้าใจได้

นี่จึงเป็นเหตุผลที่พระพุทธองค์ทรงสอนให้เริ่มต้นการปฏิบัติด้วยอนิจจังก่อน เมื่อท่าน

ตั้งมั่นอยู่ในอนิจจังแล้ว ทุกขังก็จะค่อยๆ ประจักษ์แก่ท่านเอง ท่านจะเข้าใจว่า แม้แต่ความรู้สึกที่น่าพอใจก็ไม่อาจจะคงอยู่ได้ตลอดไป หากไปหลงยึดมั่นกับมันเข้า ก็มีแต่จะทำให้เป็นทุกข์ ฉะนั้น แม้แต่ในความรู้สึกที่น่าพอใจที่สุดก็ยังแฝงไว้ด้วยความทุกข์ ความเข้าใจในทุกขังจะชัดเจนขึ้นเรื่อยๆ เมื่อท่านตั้งมั่นอยู่ในอนิจจัง

เมื่อท่านตั้งมั่นอยู่ในอนิจจังและทุกขังแล้ว ก็จะเกิดขั้นที่สามคือความเข้าใจในอนัตตาตามมา ท่านจะรู้สึกเองว่า "ปรากฏการณ์นี้คืออะไรกัน 'ตัวฉัน' อยู่ที่ไหน สิ่งต่างๆ เพียงแต่เกิดขึ้น และก็เป็นเพียงกระแสของนามรูปที่มาเชื่อมโยงสัมพันธ์กันเท่านั้นเอง" ต่อเมื่อท่านได้ประจักษ์ด้วยตนเองว่า "ตัวฉัน" ดับสลายไปแล้วเท่านั้น มันจึงจะช่วยการปฏิบัติของท่าน การสร้างมโนคติของอนัตตาขึ้นมาเองไม่ช่วยอะไรได้ นี่คือเหตุผลที่พระพุทธองค์ไม่ทรงแนะนำให้เราเริ่มต้นด้วยอนัตตา จงเริ่มต้นด้วยอนิจจัง แล้วทุกขังและอนัตตาก็จะตามมาเอง

ที่ท่านรามณะ มหาฤษีพูดถึงเรื่องไม่มีตัวผู้กระทำนั้น ท่านหมายถึงอนัตตา ซึ่งเป็นขั้นที่สามหรือขั้นสุดท้าย ตัวท่านคงได้บรรลุถึงขั้นนี้แล้ว จึงได้พูดเรื่องนี้กับผู้ที่ท่านคิดว่าก้าวหน้า แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าให้ผู้ที่เพิ่งเริ่มต้น ปฏิบัติแบบนั้น

ถาม *ทำไมจึงไม่ควรตัดต้นไม้ในศูนย์ฯ คะ*

ท่านอาจารย์ ก็แล้วทำไมจะต้องตัดต้นไม้ไม่ว่าจะเป็นที่ไหนๆ แล้วยกเว้นไม่ตัดแค่เฉพาะในศูนย์ฯ ด้วยล่ะ ต้นไม้นั้นมีประโยชน์มาก ช่วยให้เกิดบรรยากาศที่เกื้อกูล สภาพแวดล้อมเต็มไปด้วยกระแสสั่นสะเทือนที่ดี การตัดต้นไม้จึงไม่ใช่เรื่องดี

ในศูนย์ปฏิบัติธรรมที่มีต้นไม้อยู่โดยรอบนั้นเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ขณะที่บริเวณที่แล้งจัด ไม่มีต้นไม้หรือพืชอะไรเลยนั้น ไม่เหมาะที่จะเป็นศูนย์ปฏิบัติธรรม ต้นไม้จึงมีความสำคัญมาก

ถาม *ขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนา เราน่าจะให้ความสนใจกับสิ่งอื่น เช่น การเห็น การได้ยิน และอื่นๆ ที่นอกเหนือไปจากความรู้สึกทางกายด้วยใช่ไหมคะ*

ท่านอาจารย์ ใช่แล้ว แต่ยังไม่ใช่ในขั้นนี้ นั่นจะตามมาเองในภายหลัง ตอนนี้ท่านต้องพัฒนาไปให้ถึงขั้นที่สามารถรับรู้เวทนาได้ในทุกๆ อณูของร่างกายก่อน เมื่อมีสติตั้งมั่นอยู่กับเวทนาได้แล้ว เวลาที่มีเสียงมากระทบท่านก็จะสามารถรับรู้ถึงเวทนาที่เกิดจากเสียงนั้นได้ แต่ถ้าท่านยังไม่สามารถจะรับรู้เวทนาได้ แล้วเอาแต่ท่องว่า "เสียงหนอ เสียงหนอ" ก็ไม่มีประโยชน์อะไร เพราะนั่นเป็นเพียงแค่ความจริงในระดับพื้นผิว

เสียงเป็นความสั่นสะเทือน แสง สี และรูปทรง ก็เป็นความสั่นสะเทือน รวมทั้งกลิ่น รส สัมผัส และความคิดที่เกิดขึ้นในใจด้วย

แต่ท่านไม่สามารถรับรู้ความสั่นสะเทือนเหล่านี้ได้ ฉะนั้น ท่านจึงต้องตามรู้ความรู้สึกทางกายให้ได้ชัดเจนก่อน แล้วอย่างอื่นๆ ก็จะตามมาเอง

ถาม *ถ้ามีปัญหาชีวิตเรื่องเดียวกันผุดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำเล่าในหลายๆ ครั้งที่เข้าอบรม ควรจะจัดการกับมันหรือไม่ หรือว่าถ้าดิฉันยังเข้าปฏิบัติไปเรื่อยๆ ปัญหานี้ก็จะคลี่คลายไปเอง ยกตัวอย่างเช่น ดิฉันกังวลว่าควรจะหางานทำที่แน่นอนหรือมั่นคงกว่านี้ดีหรือเปล่า*

ท่านอาจารย์ นั่งปฏิบัติ แล้วเฝ้าคิดถึงงานดีๆ แต่ไม่ได้ลงมือขวนขวาย ก็ป่วยการ สิ่งแรกที่ควรคำนึงถึงในการหางานทำคือ ต้องไม่ใช่งานที่ช่วยให้ผู้อื่นทำผิดศีล ถ้าท่านทำเช่นนั้น ก็เป็นเรื่องที่แย่พอๆ กับที่ตัวท่านทำผิดศีลเสียเอง หากท่านคำนึงถึงเรื่องนี้แล้วก็จะไม่เข้าไปข้องเกี่ยวกับงานที่ทำร้ายผู้อื่น

การปฏิบัติจะช่วยให้จิตใจของท่านปลอดโปร่ง และสามารถตัดสินใจเลือกงานที่ดีที่สุดได้ แต่ในระหว่างที่มาเข้าปฏิบัติ อย่ามัวแต่คิดถึงเรื่องงาน นั่นไม่ถูกต้อง อย่าทำอย่างนั้น

ถาม *เราได้ยินมาว่า สีดำ สีแดง และสีเขียวเข้ม ไม่เอื้อกับการปฏิบัติวิปัสสนา จริงหรือเปล่าคะ*

ท่านอาจารย์ ตอนนี้ท่านยังไม่สามารถจะรับรู้เรื่องนี้ได้ด้วยตัวเอง เพราะยังไม่สามารถจะรับรู้ถึงกระแสสั่นสะเทือนของสิ่งไม่มีชีวิต แต่จงพัฒนาธรรมะไปเรื่อยๆ จนถึงขั้นที่ท่านสามารถรับรู้ถึงกระแสสั่นสะเทือน ไม่เฉพาะของสิ่งที่มีชีวิต แต่ยังรวมถึงสิ่งที่ไม่มีชีวิตด้วย ถึงตอนนั้นท่านก็จะเข้าใจในความแตกต่างกันของสีต่างๆ แต่ในขั้นนี้ก็ควรจะยอมรับตามที่ผู้ใหญ่บอกไว้ จะทำอย่างไรได้ (หัวเราะ)

ถาม *ในชีวิตประจำวันผมฝึกโยคะอยู่แล้ว จึงอยากจะฝึกในระหว่างที่มาเข้าอบรมวิปัสสนาด้วย*

ท่านอาจารย์ ในระหว่างการอบรมจะมีช่วงพักให้ท่านเดินได้ อนุญาตให้แค่เดินออกกำลังกายเท่านั้น ส่วนเวลาอื่นๆ ท่านควรจะนั่งปฏิบัติ

ถาม *แต่ผมมีปัญหากับการนั่ง ถ้าได้เหยียดแข้งเหยียดขาจะช่วยได้มากทีเดียว*

ท่านอาจารย์ ถ้าอย่างนั้นก็ไปเดินสักหน่อยในระหว่างชั่วโมงปฏิบัติ แต่ไม่ใช่ไปฝึกโยคะ เรื่องนี้มีเหตุผลสองข้อ ข้อแรก ท่านมาเข้าอบรม เพราะต้องการจะอยู่กับตัวเอง แต่ถ้าท่านฝึกโยคะเสียแล้ว ความสนใจของท่านก็จะเบี่ยงเบนไปอยู่ที่การคิดถึงโยคะในท่าต่างๆ

ปัญหาอีกข้อคือ ในระหว่างการอบรมรอบๆ ตัวท่านยังมีคนอื่นๆ ที่กำลังปฏิบัติอย่างจริงจัง ถ้าเขาเห็นท่านออกกำลังกายในท่าต่างๆ ก็จะพูดว่า "ดีจริงๆ เลย ฉันไม่เคยทำท่านั้น ช่วยสอนฉันหน่อยสิว่าทำอย่างไร" เท่ากับท่านได้ไปดึงความสนใจของ

ผู้อื่นออกจากการปฏิบัติ

ฉะนั้น ในระหว่างการอบรม ขอให้ปฏิบัติและเดินเท่านั้น การเดินเป็นการออกกำลังกายที่เพียงพอแล้วกับร่างกาย เมื่อท่านกลับไปบ้าน จึงค่อยฝึกโยคะ ซึ่งก็เป็นการออกกำลังกายที่ดีต่อสุขภาพ

ถาม *ดิฉันมีคำถามเกี่ยวเนื่องกับข้อที่แล้ว คือดิฉันคิดว่าการนั่งนานๆ ไม่ดีกับร่างกาย มีผู้ปฏิบัติเก่าๆ ที่มีปัญหากับเส้นประสาทตรงสะโพก ดิฉันก็เลยสงสัยว่า ความรู้สึกไม่สบายที่เกิดขึ้นบางจุดจะเป็นสัญญาณอันตรายหรือเปล่า และผู้ปฏิบัติก็ควรจะรู้ว่า การนั่งวันละ 12 ชั่วโมงอาจไม่เป็นผลดีกับตัวเขา*

ท่านอาจารย์ ถ้ามันเป็นผลดีกับผู้คนจำนวนมากแล้ว ก็ย่อมเป็นผลดีกับท่านด้วย (หัวเราะ) หากท่านไม่คุ้นเคยกับการนั่งขัดสมาธิ ก็จะรู้สึกว่ามันยากลำบากอย่างแน่นอน เราจึงบอกว่า "ไม่จำเป็นต้องนั่งขัดสมาธิ ให้นั่งในท่าที่ท่านถนัด" การมาเข้าปฏิบัติจึงไม่ได้มีอันตรายใดๆ ไม่เคยมีใครมาบอกเราว่าการนั่งนานๆ เป็นอันตราย อันที่จริงแล้ววิธีการปฏิบัติทั้งหมดจะทำให้เกิดพลังงานที่ไหลเวียนอย่างอิสระอยู่ภายใน ซึ่งช่วยชำระร่างกายและจิตใจให้บริสุทธิ์ ถ้ามีสิ่งใดผิดปกติในร่างกาย การปฏิบัติก็จะกลับเป็นการช่วย ไม่ใช่ทำร้าย

ถ้าท่านต้องนั่งอธิษฐานวันละ 8-10 หรือ 11 ชั่วโมง ก็คงจะแย่ แต่นี่เราให้ปฏิบัติกันวันละ 3 ชั่วโมง และก็หลังจากวันวิปัสสนาไปแล้วเท่านั้น ส่วนเวลาอื่นๆ ท่านจะเปลี่ยนท่าหรือแม้แต่จะเอนหลังก็ยังได้ อย่างไรก็ตาม ขอให้ปฏิบัติในท่านั่ง ถ้าไม่ไหวจึงค่อยไปเอนหลังหรือไปเดินสัก 5 นาที แล้วกลับมานั่งปฏิบัติใหม่ ไม่ใช่ว่าห้ามขยับเขยื้อนเลย ❖



ที่ว่านหลี่ ประเทศไต้หวัน

3 สิงหาคม 2541

ขอธรรมะจงเจริญรุ่งเรืองออกไปอย่างบริสุทธิ์

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งหลาย

พวกท่านต่างก็มีความปรารถนาที่จะได้เห็นพระธรรมคำสอนอันบริสุทธิ์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากลับมาเจริญรุ่งเรือง ณ ที่นี้อีกครั้ง ข้าพเจ้าก็ปรารถนาเช่นนั้นเหมือนกัน อย่างไรก็ตาม ถ้าท่านจัดการอบรมหลักสูตร 10 วันขึ้น แต่ไม่เน้นถึงความสำคัญของการนำธรรมะไปใช้ในชีวิตจริงแล้ว การอบรมนี้ก็จะกลายเป็นเพียงแค่พิธีกรรมอย่างหนึ่งและไม่ให้ผลอย่างที่ควร

วิปัสสนาช่วยให้เราเรียนรู้ที่จะนำศีลมาใช้ในชีวิตประจำวัน และศีลนั้นก็เริ่มต้นด้วยสัมมาวาจาหรือการพูดดี ซึ่งหมายถึงการละเว้นจากการพูดเท็จ พูดเพ้อเจ้อ และนินทาว่าร้าย ฉะนั้น ในที่ที่มีการอบรมวิปัสสนา เราจึงแนะนำว่า ถ้าท่านพบเห็นข้อบกพร่องผิดพลาดของเพื่อนธรรมะคนใดแล้ว ก็ไม่ควรนำเรื่องของเขาไปนินทาให้ผู้อื่นฟัง แต่ควรจะพูดคุยกับเขาเป็นการส่วนตัวด้วยความสุภาพว่า “ฉันคิดว่าสิ่งที่เธอทำ มันขัดกับธรรมะอยู่นะ”

ท่านอาจแสดงความคิดเห็นไปสักครั้งสองครั้ง แต่ถ้าคนๆ นั้นยังไม่เข้าใจ ท่านก็อาจจะบอกเขาไปว่า “ฉันจะเอาเรื่องนี้ไปปรึกษากับผู้ใหญ่หรืออาจารย์ใหญ่ดูว่า เรามีความเห็นในเรื่องนี้ไม่เหมือนกัน” นี่เป็นสิ่งที่ท่านควรทำมากกว่าที่จะมานั่งว่าร้ายอีกฝ่ายลับหลัง เพราะนั่นจะเป็นการทำผิดศีลสำคัญข้อแรกของสัมมาวาจา

ท่านควรจะสำรวจตัวเอง ถ้าหากท่านได้พูดถึงเพื่อนธรรมะคนใดในทางที่เสียหาย ก็ควรจะรีบแก้ไขโดยเร็ว นั่นคือไปขอขมาว่า “ฉันทำผิดไปที่พูดถึงเธอในทางเสียๆ หายๆ ทั้งๆ ที่ควรจะมาพูดคุยกับเธอโดยตรง”

นี่คือสังฆะ คือครอบครัวของผู้ปฏิบัติวิปัสสนา การพูดจาให้ร้ายผู้อื่นมีแต่จะสร้างความบาดหมางและแตกแยก บางคนอาจจะเชื่อในสิ่งที่ได้ยินได้ฟังมา บางคนอาจจะไม่ แล้วความขัดแย้งก็จะค่อยๆ ปะทุขึ้น ซึ่งเป็นเรื่องที่สวนทางกับธรรมะโดยสิ้นเชิง พระผู้มีพระ

ภาคเจ้าได้ทรงชี้ชัดว่า การกระทำที่เป็นบาปมหันต์หรืออนันตริยกรรมย่อมให้ผลที่รุนแรง การทำให้สงฆ์หรือหมู่คณะแตกแยกก็เป็นข้อหนึ่งในอนันตริยกรรม

เป็นธรรมดาของคนที่อยู่ร่วมครอบครัวเดียวกัน หรือผู้ปฏิบัติที่มารับใช้ธรรมะร่วมกันจะมีความคิดเห็นที่แตกต่างกัน ท่านจึงไม่ควรฟังความข้างเดียว แม้คนๆ นั้นจะเป็นผู้ที่มีอาวุโสก็ตาม เราไม่ควรปล่อยให้ความคิดเห็นที่แตกต่างกันนี้ เป็นชนวนของความแตกแยกในหมู่คณะ

ข้าพเจ้าพยายามสอนอยู่เสมอว่า ขอให้ทุกคนที่อยู่ในครอบครัวธรรมะหรือครอบครัววิปัสสนานี้ มีแต่ความรักความเมตตาต่อกัน อย่าได้มีความรู้สึกโกรธเกลียดใดๆ ต่อกันแม้แต่น้อย

ในองค์กรทางสังคมและการเมือง ผู้ที่ต้องการอำนาจและตำแหน่งจะสร้างกลุ่มก้อนของตนเองขึ้นมาเพื่อโจมตีอีกฝ่าย แต่พฤติกรรมเช่นนี้ไม่ควรจะเกิดขึ้นในองค์กรของธรรมะ เมื่อใดที่ท่านรู้สึกว่า มีกลุ่มคนแตกออกเป็นฝ่ายที่เห็นด้วยกับท่านและฝ่ายที่ไม่เห็นด้วยกับท่านแล้ว ก็ควรสำนึกในทันทีว่า “ฉันนี่แย่จริงๆ เรียกร้องแต่จะให้ทุกๆ คนทำตามความต้องการของฉัน อัตตาแรงเหลือเกิน ไม่สมควรที่จะรับใช้ธรรมะเลย ตอนนี้ฉันควรจะกลับไปตั้งหน้าตั้งตาปฏิบัติดีกว่า”

หากท่านไม่ยอมรับว่าตัวเองมีอัตตาหรือความยึดมั่นถือมั่นแรงกล้าแล้ว ก็จะไม่มีทางหลุดพ้นจากนิสัยเสียๆ ที่ชอบเพ่งโทษผู้อื่นได้ แต่ทันทีที่ท่านรู้ตัวว่า “ดูสิ ที่ฉันพูดอย่างนั้นทำลงไปอย่างนั้น ก็เพราะอัตตาตัวเองแท้ๆ” เมื่อนั้นอัตตาของท่านก็จะเริ่มบรรเทาเบาบางลง แต่ถ้าท่านมัวแต่หาข้ออ้างให้กับตัวเองไม่หยุด อัตตาของท่านก็มีแต่จะเพิ่มพูนขึ้นเรื่อยๆ

เช้านี้ข้าพเจ้าได้ยินว่า ในการปฏิบัติเมื่อเร็วๆ นี้ ลูกสาวทางธรรมของข้าพเจ้าคนหนึ่งหรือสองคนรู้สึกหงุดหงิดขัดเคืองที่การจัดวางอาสนะไม่เป็นไปตามผังที่เธอวางไว้ ช่างเป็นเรื่องน่าเศร้าจริงๆ ธรรมะไปอยู่เสียที่ไหนกันนี่ จึงได้ปล่อยให้อัตตาเข้าครอบงำ ข้าพเจ้ารู้สึกสงสารเธอเหลือเกิน เธอจะต้องพัฒนาธรรมะให้มากกว่านี้ เพื่อจะได้มีความรักความเมตตาต่อผู้อื่น แทนที่จะมาจ้องจับผิดกัน

ถึงแม้นี่จะเป็นเรื่องเล็กๆ แต่ก็ทำให้ความมัวหมองเริ่มต้นขึ้นและลุกลามต่อไปได้ ถ้าไม่พูดอะไรในเรื่องนี้บ้างเลย เราก็จะมีแต่การเพิ่มอัตตาและสร้างความขุ่นเคืองไม่พอใจต่อผู้อื่น

นอกจากนี้ยังมีเรื่องที่ข้าพเจ้าเป็นห่วงว่าจะเกิดความเสียหายขึ้น นั่นคือ คำสอน

วิปัสสนาที่สืบทอดกันมาจะต้องเหมือนกันทั่วโลก ห้ามเปลี่ยนแปลงแก้ไขใดๆ ทั้งสิ้น ประวัติศาสตร์ที่ผ่านมาทำให้ข้าพเจ้าเห็นชัดว่า วิปัสสนาได้สูญสิ้นไปจากอินเดียภายในระยะเวลาเพียง 500 ปี เพราะผู้คนจากลัทธินิกายต่างๆ ได้นำเอาประเพณีความเชื่อของตนเข้ามาผสมปนเปทีละเล็กละน้อย จนสิ่งที่เพิ่มเติมเข้ามานี้กลายมามีความสำคัญ และทำให้วิปัสสนาเลือนหายไปในที่สุด ขณะที่ประเทศพม่า ซึ่งเป็นแผ่นดินเกิดของข้าพเจ้า สามารถถนอมรักษาธรรมะมาได้อย่างบริสุทธิ์เกือบ 2,300 ปี ด้วยการสืบทอดจากครูถึงศิษย์ ถ้ามีการเพิ่มเติมอะไรเข้าไป สิ่งนั้นก็คงจะมีความสำคัญขึ้นมาจนทำให้วิปัสสนาสูญสิ้นไปแล้ว แต่ครูอาจารย์ชาวพม่าเหล่านั้นก็ยังรักษาธรรมะไว้ได้อย่างบริสุทธิ์และสืบทอดมาถึงพวกเราในปัจจุบัน เราจึงต้องไม่ทำลายธรรมะด้วยข้ออ้างที่ว่าเพื่อทำให้ดีขึ้น คนที่ทำลายต่างก็พูดว่า "ฉันปรับปรุงให้ดีขึ้นน่ะ" ราวกับเขารู้ดีกว่าพระพุทธเจ้าหรือคำสอนที่ได้สืบทอดกันมา นี่เป็นอันตรายที่จะเกิดขึ้นได้ เราต้องระมัดระวังให้มาก

ฉะนั้น ผู้ที่ปรารถนาจะให้ธรรมะอันบริสุทธิ์ที่กำลังปรากฏขึ้นในขณะนี้ เจริญรุ่งเรืองต่อไปอีกนานเท่านาน จึงต้องตระหนักถึงความรับผิดชอบอันใหญ่หลวง เราไม่มีสิทธิที่จะไปเปลี่ยนแปลงกฎระเบียบ คำสอน หรือวิธีการสอน ถ้าท่านต้องการจะเปลี่ยนแปลงตรงไหนจริงๆ แล้วล่ะก็ ขอให้เสนอกับอาจารย์ใหญ่ (ในที่นี้คือท่านอาจารย์โกเอ็นก้า - กอง บ.ก.) ต่อเมื่ออาจารย์ใหญ่เห็นด้วย จึงจะเปลี่ยนแปลงได้ ถ้าท่านคิดว่าตัวเองรู้ดีกว่าอาจารย์ใหญ่และสามารถเปลี่ยนแปลงคำสอนตามความคิดของท่านแล้ว ก็เท่ากับว่าท่านได้ทำลายคำสอนที่สืบทอดกันมา ทำลายการเผยแผ่ธรรมะ

อีกเรื่องที่จะต้องเข้าใจให้ชัดเจนก็คือ ธรรมบรรยายตอนเย็น คำสอนประจำวัน คำสอนอานาปานสติ วิปัสสนา และการแผ่เมตตา ที่ได้แปลไปแล้วกว่า 30 ภาษานั้น เราต้องแน่ใจว่าได้แปลไปอย่างถูกต้อง เพราะการแปลผิดๆ จะทำให้ผู้ที่ฟังภาษานั้นๆ ได้รับคำสอนผิดๆ ไปนาน

ขอให้เข้าใจขั้นตอนการแปลตามนี้ คือ เมื่อแปลต้นฉบับเสร็จ ต้องให้ผู้ปฏิบัติสักคนหรือมากกว่านั้นที่มีความรู้ความชำนาญทั้ง 2 ภาษา ช่วยกันตรวจสอบความถูกต้อง แล้วส่งเทปบันทึกตัวอย่างเสียงของผู้ปฏิบัติหลายๆ คนในประเทศนั้นมาให้ข้าพเจ้า เพื่อคัดเลือกเสียงที่เหมาะสม หลังจากนั้น คนผู้นั้นจะต้องเดินทางมาบันทึกเสียงที่อิกัตปุริ ผู้ที่เดินทางมาจากประเทศไกลๆ เช่น มองโกเลีย อินโดนีเซีย และรัสเซีย ฯลฯ จะต้องบันทึกเสียงเฉพาะที่อิกัตปุริ หรือศูนย์ฯ ที่พัฒนาใกล้เคียงกับอิกัตปุริ ทั้งนี้เพราะกระแสสั่นสะเทือนของ

บรรยากาศนั้นมีความสำคัญมาก สิ่งที่บันทึกเข้าไปในเทปจะรวมถึงกระแสสั่นสะเทือนของบรรยากาศรอบๆ ตัวด้วย ถ้ากระแสสั่นสะเทือนของบรรยากาศนี้ไม่ดี สิ่งที่ท่านพูด แม้จะได้รับการแปลมาอย่างถูกต้องสมบูรณ์ ก็จะไม่ให้ผลดีเท่าที่ควร เราได้พบเห็นข้อแตกต่างในการบันทึกเสียงนี้มาแล้ว นั่นจึงเป็นที่มาของการกำหนดกฎเกณฑ์เหล่านี้

ส่วนเรื่องการเข้าอบรม เราต้องการให้ผู้ปฏิบัติมีความมั่นคงอยู่ในวิธีนี้ ด้วยการเข้าปฏิบัติหลักสูตร 10 วันหลายครั้งก่อนที่จะมาเข้าอบรมในหลักสูตรสติปัฏฐาน เพราะหลักสูตรสติปัฏฐานจะให้ความเข้าใจในเชิงความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติ และเป็นการยืนยันว่าสิ่งที่เราปฏิบัติอยู่นั้นเป็นไปตามคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าจริงๆ

โดยทั่วไปผู้คนมักสนใจธรรมะในแง่ของเชาวน์ปัญญามากกว่าการลงมือปฏิบัติ ทั้งๆ ที่การปฏิบัตินั้นมีความสำคัญเหนือสิ่งอื่นใด เราจะยอมให้เรื่องเช่นนี้เกิดขึ้นที่นี่ไม่ได้ ถ้าผู้ปฏิบัติสามารถเข้าอบรมในหลักสูตรสติปัฏฐานเป็นหลักสูตรแรกได้ แล้วเขาจะลงมือปฏิบัติจริงๆ ได้อย่างไร คงมัวแต่สาละวนเล่นเกมทางเชาวน์ปัญญา

ถ้าเราสอนหลักสูตรสติปัฏฐานให้แก่ผู้ที่สนใจเพียงแค่การคิดวิเคราะห์ ก็เท่ากับเป็นการทำร้ายและขัดขวางความเจริญก้าวหน้าในธรรมะของพวกเขา พวกเขาจะไม่มีทางได้ฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง เพราะมัวแต่เพลิดเพลินกับการขบคิด ธรรมะนั้นไม่ใช่มีไว้เล่นเกมทางเชาวน์ปัญญา จงระวังให้ดี

เมื่อวันก่อนข้าพเจ้ายังได้รับรู้อีกเรื่องที่น่าตกใจว่า ได้มีการขอให้ผู้ปฏิบัตินั่งปฏิบัติและสวดมนต์ก่อนหน้าที่นักข่าวจะมาสัมภาษณ์ เพื่อเป็นการแสดงการปฏิบัติธรรม นี่เป็นเรื่องที่ขัดกับธรรมะเพราะธรรมะไม่ใช่การแสดง

ในวันสุดท้ายของธรรมบรรยายหลักสูตร 10 วัน ข้าพเจ้าได้บอกไว้ว่า "ขอให้ท่านปฏิบัติที่บ้านเป็นเวลา 1 ชั่วโมง ทุกวันเช้าเย็น และในขณะที่เดินทางอยู่บนรถโดยสารหรือรถไฟก็ขอให้ปฏิบัติโดยสังเกตดูความจริงภายในโดยลืมตา" หากท่านหลับตาในที่สาธารณะ ก็จะเป็นการแสดงให้ผู้อื่นเห็นว่า "ดูสิ ฉันเป็นนักปฏิบัติที่ยิ่งใหญ่ ถึงแม้จะเดินทางก็ยังปฏิบัติ" ซึ่งถ้าเป็นเช่นนี้ ก็หมายความว่าท่านไม่เข้าใจธรรมะเลย

เวลาที่ข้าพเจ้าพบเห็นผู้ที่พยายามแสดงตัวว่าเคร่งศาสนา ด้วยการเจิมหน้าผาก แขวนบางสิ่งบางอย่าง หรือสวมใส่เสื้อผ้าพิเศษ ข้าพเจ้าก็รู้ได้ว่าคนเหล่านั้นไม่เข้าใจธรรมะเลย มิฉะนั้นแล้ว คงไม่จำเป็นต้องแสดงออกเช่นนี้ ความประพฤติของท่านต่างหากที่จะเป็นเครื่องบ่งชี้ว่า ท่านเป็นคนดีมีธรรมะหรือเปล่า

เมื่อใดก็ตามที่ข้าพเจ้าได้ไปแสดงปาฐกถาในที่ต่างๆ ทั่วโลก จะมีผู้ปฏิบัติที่เป็นศิษย์เก่ามาล่วงหน้าประมาณ 1 ชั่วโมง และนั่งปฏิบัติร่วมกันในห้องโถง หลังจากที่นั่งกันเสร็จแล้ว สัก 15 นาทีก่อนเริ่มปาฐกถา ผู้คนก็จะทยอยกันมา แต่ก่อนหน้านั้น เราจะไม่อนุญาตให้คนอื่นๆ ที่ไม่เคยเข้าปฏิบัติ ร่วมอยู่ในห้องนั้นเลย มิฉะนั้นแล้ว การปฏิบัติของเราก็จะกลายเป็นการแสดงไป

ถึงแม้เรื่องพวกนี้จะเป็นรายละเอียดปลีกย่อย แต่ก็มีความสำคัญ เพราะคนเรามักจะเริ่มต้นจากความผิดพลาดเล็กๆ น้อยๆ โดยไม่ได้ตั้งใจก่อน แล้วจึงค่อยๆ ถลำลึกมากขึ้นเรื่อยๆ นี่แหละที่เป็นสาเหตุแห่งความเสื่อมของธรรมะในอดีต ซึ่งไม่ใช่เกิดขึ้นเฉพาะที่อินเดีย หากยังรวมถึงประเทศอื่นๆ ด้วย

พวกท่านทั้งหลายล้วนเป็นผู้นำวิปัสสนาของที่นี่ ดีแล้วที่มีเรื่องเกิดขึ้นในระหว่างการแถลงข่าว เพราะเป็นโอกาสที่ข้าพเจ้าจะได้ชี้แจงให้พวกท่านทราบว่า นี่ไม่ใช่การทำงานในวิถีทางของธรรมะ ถ้าข้าพเจ้าไม่บอกกล่าว ในกรณีที่มีคนรู้สึกไม่สบายใจ ข้าพเจ้าก็คงจะไม่ใช่ครูที่ดีนัก จึงเป็นหน้าที่ที่ข้าพเจ้าจะต้องอธิบาย หากได้พบเห็นความผิดพลาดใดๆ โดยชี้ให้เห็นด้วยความรักความปรารถนาดี เมื่อแก้ไขความผิดพลาดนั้นได้แล้ว ธรรมะก็จะแผ่ขยายออกไปได้อย่างบริสุทธิ์

ข้าพเจ้ามองเห็นอนาคตอันสดใสที่ธรรมะอันบริสุทธิ์จะเจริญรุ่งเรืองขึ้น ณ ที่แห่งนี้ ข้าพเจ้ามีความฝันว่า สักวันประเทศที่ยิ่งใหญ่อย่างจีนและอินเดีย จะช่วยกันเผยแผ่ธรรมะที่บริสุทธิ์นี้ออกไปทั่วโลก ซึ่งจะเป็นประโยชน์มหาศาลแก่ผู้คนที่ตกอยู่ในความทุกข์

ฉะนั้น จึงไม่ใช่แต่ท่านเท่านั้นที่ได้รับประโยชน์ ยังรวมถึงมนุษยชาติทั้งหมดด้วย ขอให้ท่านจงช่วยกันรักษาความบริสุทธิ์ของวิธีการปฏิบัติ กฎระเบียบ และข้อปฏิบัติเหล่านี้ให้ดี เราทุกคนมีหน้าที่ที่จะต้องรักษาธรรมะ รักษาวิธีการปฏิบัตินี้ให้บริสุทธิ์

นี่คือเส้นทางของธรรมะที่บริสุทธิ์ เราไม่ได้มาที่นี่เพื่อเอาอกเอาใจใคร แต่เรามาเพื่อรับใช้ธรรมะ เพื่อช่วยเหลือผู้คนให้พ้นจากความทุกข์ จะมีผู้เข้าปฏิบัติมากหรือน้อยไม่สำคัญ พวกเขาต้องได้รับธรรมะที่บริสุทธิ์ เพื่อจะได้พบกับความเจริญก้าวหน้าและหลุดพ้นจากความทุกข์ นี่เป็นเรื่องที่สำคัญกว่าปริมาณของผู้คน

ตลอดเวลา 14 ปีที่อยู่กับท่านอาจารย์ของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าได้เห็นท่านสอนธรรมะภายใต้กฎระเบียบอันเคร่งครัด และในช่วง 29 ปีที่ข้าพเจ้าได้สอนธรรมะ ความสำเร็จก็เกิดขึ้นจากกฎระเบียบอันเคร่งครัดนี้เอง ถึงแม้ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกว่าหลักสูตรของโกเอ็นก้า

ยากลำบาก แต่ก็ให้ผลดี จึงได้พากันมาเข้าอบรม

ข้าพเจ้ามั่นใจว่า พวกท่านทั้งหลายจะช่วยกันรักษาและเผยแผ่ธรรมะที่บริสุทธิ์นี้ เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเองและผู้คนจำนวนมาก ซึ่งไม่ใช่เฉพาะกับชนรุ่นนี้ หากยังรวมไปถึงชนรุ่นหลังด้วย

ขอให้ธรรมะจงเจริญรุ่งเรืองไปอย่างบริสุทธิ์ ขอให้ผู้คนมากขึ้นๆ จงได้รับประโยชน์จากธรรมะ ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



การประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

10 มกราคม 2542

ถาม–ตอบ

ถาม *ท่านอาจารย์โกเอ็นก้าครับ ช่วยกรุณาอธิบายว่าธรรมบริกรควรจะนั่งปฏิบัติอย่างไรในช่วงสามทุ่มที่ผู้ช่วยอาจารย์เปิดเทปเมตตาครับ*

ท่านอาจารย์โกเอ็นก้า ธรรมบริกรต้องเข้าใจให้ถูกว่า สิ่งที่กำลังทำอยู่นี้คืออะไร ไม่ใช่แค่ทำตามๆ กันเป็นพิธีกรรม มิฉะนั้นแล้วก็จะเสียเวลาเปล่า ทั้งยังเป็นการสร้างประเพณีที่ไม่ถูกไม่ควร ซึ่งจะเป็นอันตรายในภายหลัง

ธรรมบริกรควรเพ่งความสนใจไปที่ส่วนบนสุดของศีรษะ และรับรู้เวทนาที่เกิดขึ้นในบริเวณนั้น ไปพร้อมๆ กับระลึกรู้ว่ามันไม่เที่ยง เมื่ออยู่กับความเป็นจริงของอนิจจัง ธรรมบริกรก็ย่อมพร้อมที่จะรับกระแสเมตตาหรือกระแสธรรมะ ขณะเดียวกันเขาก็ต้องเปิดใจยอมรับกระแสที่ดีนี้ด้วย ถ้าปฏิบัติตามนี้แล้ว ไม่ช้าก็จะเริ่มรู้สึกถึงกระแสดีๆ ที่เขาสามารถรับได้

ธรรมบริกรต้องทำงานหนักมาตลอดทั้งวัน ฉะนั้น ช่วงเวลานี้จึงเป็นช่วงที่พวกเขาจะได้เติมพลัง เพื่อให้กลับมาสดชื่น พร้อมที่จะปฏิบัติหน้าที่อีกครั้งในวันต่อไป

ถาม *เราจะจัดหลักสูตรอานาปานสติ 3 วันให้กับผู้ใหญ่ได้หรือไม่คะ*

ท่านอาจารย์ ขณะนี้เรายังไม่อนุญาตให้จัดอบรมหลักสูตรอานาปานาสติ 3 วันสำหรับผู้ใหญ่ เมื่อไม่กี่เดือนก่อน เราได้ทดลองจัดหลักสูตรนี้ขึ้นที่เมืองชัยปุระ และกำลังรอผลการประเมินอยู่ นอกจากนี้เรายังต้องรอฟังผลสรุปจากประเทศตะวันตกด้วย เพราะได้มีการจัดหลักสูตรนี้ขึ้นที่นั่นหลายครั้งเช่นกัน

ในบางประเทศ โดยเฉพาะที่อินเดีย ผู้คนมาเข้าปฏิบัติด้วยความคาดหวังอย่างสูงว่า "วิเศษจริง ฉันจะได้พบกับความสุขสงบในขณะที่ทำสมาธิ" แต่แล้วในหลักสูตร 3 วันนี้พวกเขากลับไม่ได้พบกับความสงบ เพราะวิธีการปฏิบัตินี้เป็นการผ่าตัดจิต ก็อย่างที่พวกท่านทุกคนทราบกันดีว่า ในช่วง 3 วันแรกของหลักสูตรทั่วไปจะมีปฏิกิริยาเกิดขึ้นมากมาย ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติที่น่าสงสารเหล่านั้นจึงต้องกลับบ้านไปพร้อมกับความเจ็บปวด

ตามร่างกายและความรู้สึกปั่นป่วน แล้วบอกกับคนอื่นๆ ว่า "ฉันไปปฏิบัติวิปัสสนามาแล้ว ไม่เห็นจะได้เรื่องเลย เสียเวลาเปล่า" ซึ่งก็เท่ากับว่าเราตัดโอกาสไม่ให้เขาได้กลับเข้ามาปฏิบัติอีกในอนาคต และยังทำให้เขาเป็นสื่อแพร่กระจายความรู้สึกไม่ดีไปสู่ผู้อื่นด้วย

ส่วนผู้ที่ได้พบกับความสงบในหลักสูตร 3 วัน ก็จะพูดว่า "ตอนนี้ฉันรู้วิธีปฏิบัติแล้ว จะเอาไปปฏิบัติต่อที่บ้าน ทำไมต้องไปเข้าหลักสูตร 10 วันด้วย ในเมื่อฉันได้เรียนรู้วิธีปฏิบัติทั้งหมดแล้ว" และนั่นก็จะเท่ากับว่าเราได้ตัดโอกาสพวกเขาอีก

ฉะนั้น เราจึงต้องรอดูว่าการทดลองหลักสูตรอานาปานสติ 3 วันสำหรับผู้ใหญ่นี้ให้ผลดีจริงๆ หรือเปล่า แต่ตอนนี้ยังไม่อนุญาตให้จัดหลักสูตรนี้

ถาม *พ่อแม่จะสอนลูกๆ หรือลูกๆ จะสอนพ่อแม่ให้ทำอานาปานะได้หรือไม่ แล้วหมอจะสอนคนไข้ ผู้ปฏิบัติจะสอนญาติพี่น้องหรือเพื่อนที่ป่วยในระยะสุดท้ายได้ไหมคะ*

ท่านอาจารย์ เฉพาะผู้ที่ได้รับอนุญาตเป็นพิเศษเท่านั้น คนอื่นๆ ไม่ควรทำ ที่อนุญาตเป็นพิเศษคือ ให้พ่อแม่สอนลูกๆ ได้ หรือลูกๆ สอนพ่อแม่ ครูกับนักเรียน และหมอกับคนไข้ พ่อแม่อาจสอนลูกๆ ว่า "ให้สังเกตลมหายใจ ดูลมหายใจเฉยๆ" สัก 2-3 นาทีหรือ 5 นาทีก็พอ ไม่ควรสอนแบบหลักสูตรเต็มวัน ให้สอนเช่นนี้กับพ่อแม่ ลูกๆ นักเรียน หรือคนไข้ได้ ท่านอาจแสดงวิธีปฏิบัติสักสองสามนาที แต่ต้องไม่ใช่ทั้งวันเหมือนกับที่อบรมกันในหลักสูตร

ถาม *ถึงแม้ในอินเดียจะเน้นเรื่องฆราวาสนิยม แต่ก็ยังมีการแบ่งแยกชนชั้นวรรณะ ลัทธินิกาย และความเชื่ออยู่มากมาย จึงอยากจะขอให้ท่านช่วยแนะทางออกของปัญหาที่เกิดจากเรื่องเหล่านี้ด้วยครับ*

ท่านอาจารย์ วิปัสสนานั้นแก้ปัญหาเหล่านี้ได้หมด คนเราใช่ว่าจะสูงส่งหรือต่ำต้อยเพียงเพราะชาติกำเนิดจากท้องแม่วรรณะใดวรรณะหนึ่ง ธรรมะไม่ได้แบ่งแยกคนเช่นนั้น มนุษย์ก็คือมนุษย์ ไม่ว่าจะอยู่ในวรรณะไหนชุมชนใด ถ้าเขาตั้งมั่นอยู่ในธรรมะ ก็เป็นเรื่องประเสริฐ ควรค่าที่ผู้คนจะเคารพนับถือ แต่ถ้าเขาเกิดมาในวรรณะสูง แล้วไม่ได้ปฏิบัติธรรม ก็น่าเสียดายยิ่งนัก

ที่ศูนย์วิปัสสนา ทุกคนจะปฏิบัติธรรมร่วมกัน และเข้าใจดีว่า มีเพียงธรรมะเท่านั้นที่จะชี้วัดความสูงต่ำของคนเรา เราจึงไม่มีปัญหาเรื่องชั้นวรรณะ ผู้คนจากทุกชุมชน ทุกศาสนาและทุกวรรณะจะมานั่งปฏิบัติ เข้าแถว และรับประทานอาหารร่วมกัน โดยไม่สนใจว่าใครจะรวยหรือจน มีการศึกษาหรือไม่มีการศึกษามาจากวรรณะสูงหรือต่ำ ฉะนั้น วิปัสสนาจึงเป็นทางเดียวที่จะแก้ปัญหา ไม่ใช่เฉพาะแต่กับประเทศนี้ หากยังรวมไปถึงทั่วโลกด้วย

ถาม *ผู้ช่วยอาจารย์จะเพิ่มเติมอะไรลงไป*

ในคำสอนหรือธรรมบรรยายหลักสูตร 10 วัน หรือในหลักสูตรเด็กได้หรือเปล่าคะ

ท่านอาจารย์ ทำไมอาจารย์จึงต้องการจะเพิ่มเติมหรือแก้ไขด้วย ในคำสอนมีอะไรขาดตกบกพร่องไปหรือ ในเมื่อทั่วโลกต่างก็ยอมรับคำสอนนี้ ไม่ได้มีข้อติดิงตรงไหน

เป็นไปได้ว่าอาจารย์ที่อยู่บนธรรมาสน์อาจมีอัตตาเกิดขึ้นและคิดว่า "ฉันไม่ได้มานั่งที่นี่เพียงเพื่อจะควบคุมอุปกรณ์พวกนี้ ท่านอาจารย์โกเอ็นก้าพูดตั้งเยอะแยะ ฉันก็ควรจะพูดอะไรบ้าง" และเมื่ออาจารย์คนหนึ่งเพิ่มเติมอะไรเข้าไปสักอย่าง อาจารย์คนอื่นก็จะคิดว่าเขาต้องเพิ่มเติมให้มากยิ่งกว่า แล้วความผิดพลาดคลาดเคลื่อนก็จะเกิดขึ้น และภายในเวลาเพียงไม่กี่รุ่นหรือไม่กี่ปี คำสอนทั้งหมดก็จะบิดเบือนไป

คำสอนของพระพุทธองค์ที่ว่า *เกวลัง ปริปุณณัง* คือ ครบถ้วนบริบูรณ์ ไม่ต้องเพิ่มเติมอะไรเข้าไปอีกแล้ว *เกวลัง ปริสุทธัง* คือ บริสุทธิ์อย่างยิ่งจนไม่ต้องลดทอนอะไรเลย ฉะนั้น อาจารย์ ผู้ช่วยอาจารย์ หรือผู้ดำเนินการอบรมหลักสูตรเด็กทุกท่าน จะต้องไม่ทำผิดพลาดด้วยการเพิ่มเติมหรือลดทอนอะไรในคำสอน ขอให้ท่านทำหน้าที่ตามที่ได้รับมอบหมายเท่านั้น

ถาม *ทำไมพวกเรา ทั้งผู้ปฏิบัติ ธรรมบริกร กรรมการ ผู้ช่วยอาจารย์ และอาจารย์ จึงต้องแผ่เมตตา 2-3 นาที หลังจากที่ปฏิบัติประจำวันแล้วล่ะคะ*

ท่านอาจารย์ ที่ให้ทำอย่างนี้ก็เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง การแผ่เมตตานั้นเป็นการแบ่งปันกระแสสั่นสะเทือนหรือพลังที่ดีที่เป็นกุศลให้แก่ผู้อื่น ทันทีที่ท่านเริ่มแผ่เมตตา ตัวท่านเองก็จะได้รับประโยชน์ ในทำนองเดียวกัน ถ้าท่านแผ่ความมุ่งร้าย หรือกระแสสั่นสะเทือนที่ไม่ดีให้แก่ผู้อื่น ตัวท่านเองนั่นแหละที่จะเป็นเหยื่อคนแรกของความทุกข์

ตอนนี้ท่านต้องเปลี่ยนแปลงนิสัยเก่าๆ นั่น โดยคิดว่า "ฉันจะเรียนรู้ที่จะแบ่งปันความปรารถนาดีแก่ผู้อื่น แทนที่จะคิดมุ่งร้าย" แต่ท่านจะไม่สามารถทำเช่นนี้ได้เลย ตราบใดที่จิตของท่านยังไม่บริสุทธิ์พอ ฉะนั้น ท่านจึงต้องนั่งปฏิบัติเป็นเวลา 1 ชั่วโมง เพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์ แล้วหลังจากนั้นจึงค่อยเรียนรู้ที่จะแผ่เมตตาแก่ผู้อื่น นี่คือแบบฝึกหัดที่จะช่วยให้ท่านเปลี่ยนแปลงนิสัยเก่าๆ ของตนเอง

ถาม *ถ้าหากวิปัสสนาเป็นเรื่องที่เข้าใจง่าย ลัดตรง ไม่ซับซ้อน และสามารถปฏิบัติได้ทุกที่แล้ว ทำไมเราจึงยังต้องการพระมหาเจดีย์ด้วยล่ะครับ*

ท่านอาจารย์ ท่านจะนั่งปฏิบัติวิปัสสนาที่ไหนก็ได้ แต่ทำไมข้าพเจ้าจึงต้องขอให้พวกท่านทั้งหลายมานั่งปฏิบัติร่วมกันอาทิตย์ละครั้งด้วย นั่นเป็นเพราะว่า ถึงแม้พวกท่านจะนั่งปฏิบัติทุกวันเช้าเย็นที่บ้าน แต่ก็อาจมีเรื่องต่างๆ เข้ามารบกวน จนทำให้ปฏิบัติได้ไม่ดี

เท่าที่ควร แต่ถ้าท่านมานั่งปฏิบัติร่วมกัน ก็จะได้รับพลังจากเพื่อนๆ ที่ปฏิบัติได้ดี ซึ่งจะช่วยให้ท่านสามารถปฏิบัติได้ดีขึ้น แล้วท่านก็จะรู้สึกสดชื่นไปทั้งอาทิตย์ และพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาต่างๆ

การที่มีผู้มาปฏิบัติร่วมกัน 20-30 หรือ 50 คน จึงเป็นประโยชน์อย่างมาก ถ้ามีการสร้างพระมหาเจดีย์แล้ว ผู้ปฏิบัติ 8,000-10,000 คน ก็จะสามารถมานั่งปฏิบัติร่วมกันทุกอาทิตย์ อาจจะสักชั่วโมง ครึ่งวัน หรือทั้งวันก็ได้ แล้วผู้คนก็จะได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติ ได้รับพลังจากธรรมะ

ถาม *จะเป็นอันตรายอะไรไหมคะ ถ้าหากผู้ปฏิบัติจะนำเอาวิปัสสนาไปผสมกับวิธีการบำบัดรักษาโรคหรือวิธีการอื่นๆ ที่พวกเขาทำเป็นอาชีพอยู่*

ท่านอาจารย์ การนำวิปัสสนาไปปะปนกับอาชีพการงาน จะเป็นการทำร้ายตัวท่านเองและผู้อื่น ขอให้เข้าใจว่า ถึงแม้ท่านจะช่วยเหลือผู้อื่นด้วยการบำบัดรักษาบางอย่าง ซึ่งการช่วยเหลือผู้อื่นก็ไม่ใช่เรื่องที่ผิด ท่านสามารถทำได้ แต่เมื่อใดก็ตามที่มีการนำวิปัสสนาผสมเข้าไปด้วย ก็จะทำให้ผู้คนหลงคิดว่าประโยชน์ที่พวกเขาได้รับจากวิปัสสนานั้นเกิดจากการบำบัดของวิธีการอื่น และถึงแม้พวกเขาจะเข้าใจว่าประโยชน์ที่ได้รับเกิดจากวิปัสสนา แต่ก็จะมองเห็นวิปัสสนาเป็นเพียงวิธีเสริม รองจากวิธีการบำบัดหลัก

นั่นคือการที่ท่านได้เริ่มทำร้ายผู้อื่น ใครก็ตามที่ปิดกั้นโอกาสผู้อื่นไม่ให้ได้พบกับความเจริญก้าวหน้าบนเส้นทางแห่งความหลุดพ้น เท่ากับเขาได้สร้างบาปอย่างมหันต์ เป็นกรรมหนัก ฉะนั้น ไม่ว่าจะในสถานการณ์ใดๆ ก็ไม่ควรนำวิปัสสนาไปใช้หากินหรือเป็นอาชีพทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม

ถาม *เหตุใดธรรมาสน์ในห้องปฏิบัติรวมจึงอยู่สูงกว่าที่นั่งของผู้ปฏิบัติล่ะคะ*

ท่านอาจารย์ กฎเกณฑ์ทั้งหลายที่กำหนดขึ้นนั้นมีวัตถุประสงค์เพียงอย่างเดียวคือ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้รับประโยชน์สูงสุดจากการเข้าอบรม ไม่มีเหตุผลอื่น ที่ตั้งธรรมาสน์ไว้สูงกว่า ก็ไม่ใช่เพื่อเพิ่มพูนอัตตาของอาจารย์

เหตุผลง่ายๆ ข้อหนึ่งคือ ถ้าที่นั่งของอาจารย์ไม่สูงกว่าเล็กน้อยแล้ว ก็จะไม่สามารถมองเห็นผู้ปฏิบัติได้ถนัด และผู้ปฏิบัติเองก็ไม่อาจมองเห็นอาจารย์ได้เช่นกัน เหตุผลอีกข้อคือ อาจารย์ไม่ได้สอนแบบเครื่องจักรเครื่องกล แต่ยังมีหน้าที่แผ่เมตตาด้วย พลังหรือกระแสสั่นสะเทือนนั้นจะเคลื่อนจากที่สูงไปสู่ที่ที่ต่ำกว่าเสมอ ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติที่นั่งต่ำกว่าจึงได้รับประโยชน์จากกระแสเมตตานี้ ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราทำก็เพื่อประโยชน์สูงสุดของผู้เข้าอบรม ที่อุตส่าห์ละทิ้งภาระหน้าที่ต่างๆ ในชีวิตมาถึง 10 วัน

ถาม *ในศูนย์ฯ จะปลูกไม้ดอกไม้ผลได้ไหมครับ*

ท่านอาจารย์ เมื่อพูดถึงต้นไม้ในศูนย์ฯ ก็ต้องเต็มไปด้วยสีเขียวขจี มีไม้ดอกไม้ผล ไม่เป็นไรนี่ ที่นี่เราก็มีทั้งไม้ดอกไม้ผล ไม่เป็นพิษเป็นภัยกับใครแต่อย่างใด ปลูกได้

ถาม *ท่านบอกเราว่าให้ปฏิบัติด้วยการ "เฝ้าสังเกตดูเฉยๆ" จากนั้นก็บอกเราว่าจะต้องควบคุมจิตใจตัวเอง จึงอยากจะขอให้ท่านช่วยขยายความเรื่องนี้สักหน่อย*

ท่านอาจารย์ "การเฝ้าสังเกตดูเฉยๆ" หมายความว่า ท่านต้องไม่ไปพยายามปรุงแต่งมองหาความรู้สึกที่ตัวเองชอบ หรือผลักไสความรู้สึกที่ตัวเองไม่ชอบ ไม่มีประโยชน์อะไร เพราะสิ่งต่างๆ นั้นเกิดขึ้นเองและท่านก็ไม่ต้องไปพยายามเปลี่ยนแปลงมัน ท่านไม่ใช่ผู้ที่จะบงการหรือสั่งความรู้สึกได้ มันเป็นเรื่องของกฎธรรมชาติ ท่านแค่เฝ้าสังเกตดูไปเฉยๆ ไม่ต้องทำอะไร แต่ทั้งนี้ต้องมีความตั้งใจพากเพียรที่จะเฝ้าสังเกตด้วย เพราะมิฉะนั้นจิตของท่านก็จะล่องลอยไปเรื่อย โดยคิดว่า "นี่แหละดูเฉยๆ" แล้วท่านจะได้รับประโยชน์อย่างไรกัน ฉะนั้น ความตั้งใจพากเพียรที่จะมีสติตื่นตัวอยู่เสมอ จึงเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งในการปฏิบัติวิปัสสนา ในขณะที่ความพยายามจะปรุงแต่งเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมานั้นเป็นสิ่งที่ผิด

ถาม *ท่านสอนว่า อัตตาหิ อัตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน แล้วสิ่งที่อยู่ภายนอกหรือมารจะทำอะไรเรา จิตใจของเรา หรือการปฏิบัติธรรมของเราได้ครับ*

ท่านอาจารย์ มารไม่ใช่สิ่งที่อยู่ภายนอก แต่เป็นสิ่งที่อยู่ภายในใจเรา ซึ่งก็คือกิเลสหรือนิสัยเก่าๆ ของจิตที่คอยแต่จะสั่งสมความไม่บริสุทธิ์ เพลิดเพลินไปกับสิ่งยั่วยุต่างๆ นานา ท่านจึงต้องพัฒนา *อัตตาหิ อัตโน นาโถ* หรือวิธีที่จะควบคุมจิตใจตัวเอง เพื่อที่มารจะได้ไม่สามารถหลอกล่อท่านให้ออกไปจากเส้นทางของการปฏิบัติ จนท่านต้องทำร้ายตัวเองเลย จงเป็นนายของตัวเองให้ได้ แล้วมารจะไม่สามารถทำร้ายท่าน จะไม่มีมารไหนๆ มากล้ำกรายท่านได้ ถ้าท่านสามารถเป็นที่พึ่งของตนเองได้อย่างแท้จริง

ถาม *ในสติปัฏฐานสูตร เราต้องฝึกให้มีสติรู้เท่าทันว่าสติได้หลุดลอยไปแล้ว จะทำอย่างไรล่ะครับ*

ท่านอาจารย์ เพื่อที่จะไม่ให้ขาดสติ ท่านต้องมีความระมัดระวังตื่นตัวอยู่เสมอและรู้ว่า "ขณะนี้ฉันเผลอไปแล้ว ใจกำลังลอย หรือกำลังรู้สึกง่วง ฉันต้องตั้งสติให้ได้" ท่านรู้ตัวว่าได้เผลอไปแล้ว บางครั้งท่านอาจจะไม่รู้ตัว ซึ่งก็เป็นเรื่องปกติ แต่ทันทีที่รู้ตัวว่าเกิดอะไรขึ้น ก็ให้คิดว่า "ฉันเผลอไปแล้ว ตอนนี้จะต้องตั้งสติให้มั่น ไม่ให้เผลอไปอีก" เมื่อใดก็ตามที่มีความรู้สึกเกียจคร้าน ง่วงเหงาหาวนอน หรือสติเริ่มหลุดลอยไป ก็ให้ท่านมีความระมัดระวังตื่นตัว อย่าปล่อยให้มันมาครอบงำท่านได้ ความระมัดระวังตื่นตัวอยู่

เสมอนี้เป็นสิ่งสำคัญ

ถาม *อยากจะขอคำแนะนำจากท่านเกี่ยวกับเรื่องการหาทุนเพื่อดำเนินกิจกรรมเผยแผ่ธรรมะค่ะ*

ท่านอาจารย์ ข้าพเจ้าไม่ได้มาที่นี่เพื่อสอนว่าจะหาทุนอย่างไร นั่นไม่ใช่งานของครูสอนธรรมะ ยิ่งท่านเรี่ยไรเงินจากผู้คนมากเท่าไรพวกเขาก็จะพากันหนีหายไปจากท่านเท่านั้น อย่าทำให้ผู้คนต้องวิ่งหนีจากธรรมะเลย แค่ปิดประกาศแจ้งพวกเขา ไม่ว่าจะเป็นผู้ปฏิบัติหรือไม่ใช่ก็ตาม ว่า "สำหรับผู้ที่ประสงค์จะมีส่วนร่วมสร้างบุญกุศลในโครงการที่กำลังทำอยู่นี้" หากมีผู้ศรัทธาอยากจะบริจาค ก็เป็นโอกาสที่เขาจะได้สร้างบุญกุศล แต่ไม่ใช่เที่ยวไปเซ้าซี้ใครต่อใครว่า "ช่วยกันบริจาคหน่อย บริจาคเถอะ โครงการของเราวิเศษจริงๆ ท่านต้องบริจาค" นั่นเป็นเรื่องที่ผิดอย่างยิ่ง ธรรมะไม่ได้สอนเช่นนั้น

พระภิกษุที่ออกไปบิณฑบาตตามบ้านเรือนของฆราวาส ไม่ใช่เพื่อขออาหารเท่านั้น แต่ท่านมีเจตนาที่จะให้เจ้าของบ้านได้มีโอกาสทำบุญจากการใส่บาตรด้วย หากเจ้าของบ้านไม่ต้องการจะทำบุญ พระท่านก็เพียงแค่ยิ้มและแผ่เมตตา แล้วเดินจากไป นี่เป็นประเพณีที่จะต้องรักษาไว้ในทุกภาคส่วนของธรรมะ

ถาม *ในปีพิเศษสองประการ คือ ครบรอบวันเกิดร้อยปีของท่านอาจารย์อูบาขิ่น และเข้าสู่สหัสวรรษใหม่ มีโครงการไหนที่ท่านอยากจะให้พวกเรามุ่งเน้นบ้างครับ พอจะมีคำแนะนำเพิ่มเติมสำหรับพวกเราไหมครับ*

ท่านอาจารย์ สิ่งที่สำคัญที่สุดในปีสองปีข้างหน้านี้ก็คือ ผู้ปฏิบัติจากทั่วโลก ที่แม้จะได้เคยเข้าปฏิบัติเพียงครั้งเดียว และได้รับประโยชน์เพียงเล็กน้อยจากวิปัสสนา ควรจะได้ร่วมกันรำลึกถึงพระคุณของท่านอาจารย์อูบาขิ่นผู้ยิ่งใหญ่ และแสดงความกตัญญูกตเวทิตาต่อท่าน

ท่านอาจารย์อูบาขิ่นไม่ใช่บุคคลธรรมดา ผู้ที่เคยใกล้ชิดกับท่านจะรู้ว่าท่านได้สั่งสมบารมีมาแต่อดีตมากมายเพียงใด และท่านก็เป็นผู้ที่มีเมตตาอย่างยิ่ง ท่านมีความปรารถนาอันแรงกล้าที่จะให้วิปัสสนาได้กลับคืนสู่ประเทศอินเดีย เพื่อตอบแทนบุญคุณที่ประเทศพม่าได้รับธรรมะนี้ ท่านเชื่อว่าจากอินเดีย ธรรมะจะแผ่ขยายออกไปทั่วโลก ถ้าท่านไม่มีความปรารถนาอันยิ่งใหญ่เช่นนี้แล้ว ก็คงจะไม่มีโกเอ็นก้าในวันนี้ คุณงามความดีใดๆ จากการเผยแผ่ธรรมะจึงไม่ใช่ของโกเอ็นก้า หากแต่เป็นของท่านอาจารย์อูบาขิ่นทั้งหมด ฉะนั้นในวาระที่ครบรอบวันเกิด 100 ปีของท่าน เราทุกคนจึงควรจะสำนึกถึงบุญคุณอันใหญ่หลวงนี้

วิธีที่ดีที่สุดที่จะแสดงความกตัญญูกตเวทิตาต่อท่านอาจารย์อูบาขิ่นก็คือ พัฒนาธรรมะของท่านให้เข้มแข็งและเป็นแบบอย่างของผู้ปฏิบัติวิปัสสนา ให้ผู้คนที่รู้จักท่านเห็นว่า

"นี่แหละลูกศิษย์ในสายของท่านอาจารย์อูบาขิ่น ช่างสมเป็นแบบอย่างจริงๆ"

วิธีที่สองที่ท่านจะแสดงความกตัญญูต่อท่านก็คือ ช่วยให้ผู้คนจำนวนมากขึ้นๆ ได้รับประโยชน์จากวิปัสสนา เพราะผู้คนทั่วโลกยังไม่รู้ว่ามีวิธีการที่จะช่วยให้พวกเขาหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ วิธีการปฏิบัตินี้เป็นวิทยาศาสตร์ มีเหตุมีผล ให้ผลจริง และไม่แบ่งแยกเป็นลัทธินิกาย ไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนศาสนา เราควรจะให้ผู้คนทั้งหลายได้รับรู้ข้อมูลนี้ ขอให้ท่านคิดดูว่าจะช่วยกันเผยแพร่ความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้ได้อย่างไร

ในประเทศตะวันตกจะมีการจัดสัมมนาเผยแพร่เรื่องราวของวิปัสสนา ซึ่งก็เป็นเรื่องดี เพราะจะช่วยให้ผู้คนที่นั่นได้รู้จักกับธรรมะใกล้ๆ กับเมืองมุมไบก็กำลังมีการก่อสร้างพระมหาเจดีย์ นั่นจะทำให้ผู้คนได้จดจำไปนานเท่านานว่า ธรรมะจากพม่าได้กลับคืนสู่อินเดียโดยท่านอาจารย์อูบาขิ่น พระมหาเจดีย์นี้จะเปรียบเสมือนประภาคารที่ฉายแสงไปทั่วโลก ให้ผู้คนได้น้อมรำลึกถึงบุญคุณของท่านอาจารย์อูบาขิ่น

ภายในพระมหาเจดีย์จะมีห้องโถงที่เอาไว้ใช้สำหรับปฏิบัติวิปัสสนาเท่านั้น คนอื่นๆ แม้จะเข้าไปดูข้างในก็ไม่ได้ ให้เข้าได้เฉพาะผู้ที่มาปฏิบัติ ขณะที่ภายนอกจะมีห้องจัดแสดงนิทรรศการพระพุทธประวัติ เพื่อให้ผู้เข้าชมได้รู้จักกับพระพุทธเจ้า พระธรรมคำสอนของพระองค์ ตลอดจนประโยชน์ที่ผู้คนจะได้รับจากวิธีการปฏิบัติอันแสนวิเศษนี้ ซึ่งก็จะเป็นแรงบันดาลใจให้พวกเขาสนใจมาเข้ารับการอบรมวิปัสสนาที่ศูนย์ฯ ต่างๆ ห้องแสดงนิทรรศการนี้มีความสำคัญ เพราะเป็นเรื่องน่าเศร้าใจที่ว่าผู้คนในประเทศนี้ไม่รู้จักพระผู้มีพระภาคเจ้าและคำสอนของพระองค์เลย

ขอให้ช่วยกันรับใช้ธรรมะต่อไป ด้วยความสำนึกในบุญคุณของท่านอาจารย์อูบาขิ่น ขอให้ท่านทั้งหลายจงประสบกับความสำเร็จ

(จบประเด็นคำถามที่มาจากผู้ช่วยอาจารย์ ต่อไปเป็นคำถามที่มาจากธรรมบริกร)

ถาม *ขอให้ท่านอาจารย์ช่วยชี้แนะพวกเราด้วยว่า จะเป็นธรรมบริกรที่ดีได้อย่างไร*

ท่านอาจารย์ ท่านจะเป็นธรรมบริกรที่ดีก็ด้วยการรับใช้ธรรมะให้ดี มีความมุ่งหวังที่จะให้ผู้ปฏิบัติได้รับประโยชน์ ไม่ใช่มาเพื่อเพิ่มพูนอัตตาตนเอง ด้วยการทำตัวเป็นตำรวจคอยตวาดใส่ผู้ปฏิบัติที่ไม่ทำตามกฎระเบียบ เพราะถ้าเป็นเช่นนั้นแล้ว สังขารไม่ดีที่ท่านสร้างขึ้น ก็จะไปทำร้ายผู้ปฏิบัติ ขอให้ท่านสร้างสังขารที่ดี มีแต่ความเมตตา แล้วท่านก็จะเป็นธรรมบริกรที่ดี

ถาม *แล้วการเป็นกรรมการที่ดีล่ะคะ ควรทำอย่างไร*

ท่านอาจารย์ กรรมการคือผู้ที่ไว้วางใจได้

เชื่อถือได้ จงตั้งมั่นอยู่ในธรรม และเป็นผู้ที่ไว้วางใจได้ เชื่อถือได้ วัตถุประสงค์ของการเป็นกรรมการก็คือ เพื่อเผยแผ่ธรรมะ รับใช้ธรรมะ ไม่ใช่ตำแหน่งที่แสดงถึงอำนาจหรือสถานภาพแต่อย่างใด เป็นเรื่องเหลวไหลสิ้นดี หากจะคิดว่า "ตอนนี้ฉันเป็นกรรมการ ฉันมีอำนาจแล้ว ฉันจะทำอย่างนี้" ไม่ใช่เลย ท่านไม่ได้มีอำนาจอะไร ท่านเพียงแต่มีโอกาสที่จะได้รับใช้ผู้อื่นเท่านั้น

หลังจากปีหนึ่ง สองปี หรือสามปีผ่านไป กรรมการแต่ละคนต้องลาออก เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้อื่นได้เข้ามาทำหน้าที่บ้าง เหตุผลหนึ่งของนโยบายนี้ก็คือ เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้คนมากขึ้นๆ ได้พัฒนาบารมี ด้วยการเข้ามารับใช้ธรรมะในฐานะของกรรมการ อีกเหตุผลคือ เมื่อกรรมการพ้นจากตำแหน่งไปแล้ว เราสามารถตรวจสอบได้ว่าเขามีความก้าวหน้าในธรรมะจริงๆ เพียงใด เขายังคงรับใช้ธรรมะเหมือนเดิมหรือไม่ ถ้าไม่ ก็แสดงว่าเขาไม่ได้เรียนรู้ธรรมะเลย และก่อนหน้านี้เขาก็ไม่ได้ทำงานเพื่อธรรมะ แต่เพื่อตำแหน่ง เพื่ออัตตาตัวเอง แต่ถ้าเขายังคงรับใช้ธรรมะต่อไปเหมือนเดิม ทั้งๆ ที่ไม่ได้เป็นกรรมการแล้ว ก็เห็นได้ชัดว่าเขามีความก้าวหน้าในธรรมะ

ถาม *สุดท้ายนี้อยากจะขอให้ท่านอาจารย์พูดถึงผู้ช่วยอาจารย์ที่ดีว่าควรจะเป็นเช่นไร*

ท่านอาจารย์ ถ้าท่านรับใช้ธรรมะได้ถูกต้อง ก็เป็นผู้ช่วยอาจารย์ที่ดี แล้วอย่างไรจึงจะเป็นการรับใช้ธรรมะที่ถูกต้อง ตำแหน่งของผู้ช่วยอาจารย์ไม่ได้มีไว้เพื่อเพิ่มพูนอัตตา แต่เป็นโอกาสที่จะได้รับใช้ผู้คน เพื่อพัฒนาบารมีของตนเอง ฉะนั้น ผู้ที่เป็นอาจารย์จะต้องไม่มีอัตตาแม้แต่น้อย เขากำลังรับใช้ผู้อื่น จึงควรจะมีแต่ความอ่อนน้อมถ่อมตนและเมตตา

ด้วยเหตุนี้ เราจึงขอให้อาจารย์และผู้ช่วยอาจารย์ทุกท่าน มาเป็นผู้จัดการหลักสูตรหรือธรรมบริกรทั่วๆ ไปปีละครั้งด้วย ซึ่งนี่จะช่วยลดอัตตาของความเป็นอาจารย์ลงได้ และคนอื่นๆ ก็จะเห็นว่า นี่เป็นประเพณีที่ดีงาม ที่อาจารย์ก็มาเป็นธรรมบริกรด้วย นี่เป็นเรื่องดีทั้งต่อตัวอาจารย์เองและต่อคนอื่นๆ

มีมาตรวัดเพียงอย่างเดียวสำหรับผู้ช่วยอาจารย์คือ ถ้ามีอัตตาเพิ่มขึ้น และพฤติกรรมเริ่มแข็งกระด้าง หยาบคาย ก็แสดงว่าคนๆ นั้นไม่ใช่อาจารย์สอนธรรมะที่ดี แต่ถ้าอัตตาของเขาลดลง และมีแต่ความรักความเมตตาแล้ว นั่นย่อมแสดงว่าเขาเป็นอาจารย์ที่ดี เป้าหมายทั้งหมดก็เพื่อจะช่วยให้ผู้คนมากขึ้นๆ ได้รับธรรมะ ❖



คำกล่าวปิดการประชุมประจำปีที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย
10 มกราคม 2542

ปณิธานธรรม

ผู้ปฏิบัติธรรมที่รักทั้งหลาย

เราได้มาร่วมประชุมประจำปีนี้กันอีกครั้ง ข้าพเจ้าได้รับทราบรายงานถึงสิ่งที่ได้ทำไปในรอบปีที่ผ่านมา ซึ่งก็น่าพอใจอย่างยิ่ง ทำให้มีกำลังใจขึ้นไม่น้อย ข้าพเจ้ายังได้รับรู้ถึงสิ่งที่พวกท่านจะทำต่อไปในปีนี้ ซึ่งเป็นปีที่สำคัญยิ่ง เพราะเป็นปีที่ครบรอบวันเกิด 100 ปี ของท่านอาจารย์อูบาขิ่น สัตบุรุษผู้ยิ่งใหญ่ที่เปี่ยมไปด้วยเมตตา เพื่อเป็นการรำลึกถึงท่าน พวกเราจึงต้องทำงานกันอย่างหนัก

ไม่ใช่เรื่องผิดแต่อย่างใดที่จะสร้างอนุสรณ์หรืออนุสาวรีย์ให้ท่านอาจารย์ แต่สิ่งที่จะทำให้เรารำลึกถึงท่านอาจารย์ได้ดีที่สุดก็คือ ตัวของพวกท่านเอง พวกท่านแต่ละคนล้วนเป็นเครื่องเตือนให้ระลึกถึงท่านอาจารย์ จงพัฒนาธรรมะในตัวท่านจนทำให้ผู้อื่นเห็นว่า “นี่ไง นักปฏิบัติวิปัสสนาในสายของท่านอาจารย์อูบาขิ่น โอ้ วิปัสสนาช่างทำให้ผู้คนเปลี่ยนแปลงไปได้ถึงเพียงนี้เชียวหรือนี่” ขอให้พยายามปฏิบัติตนเช่นนี้ เพื่อแสดงความกตัญญูต่อท่านอาจารย์ เพื่อเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้คนได้เข้ามาสู่หนทางนี้และปลดปล่อยตนเองเป็นอิสระ เพราะนั่นจะเป็นประโยชน์ต่อตัวท่านเองด้วย

มีเรื่องสำคัญ 2 เรื่องที่ผู้ปฏิบัติในแนวทางนี้ต้องทำ คือ พยายามตั้งมั่นอยู่ในธรรมะที่บริสุทธิ์ให้ได้ และช่วยกันสานต่องานเผยแผ่ธรรมอันประเสริฐของท่านอาจารย์

ท่านอาจารย์นั้นมีปณิธานธรรมที่แรงกล้าว่า จะต้องชดใช้หนี้บุญคุณให้แก่ประเทศที่ได้มอบอัญมณีอันล้ำค่านี้ ตอนที่ท่านพูดคุยเรื่องข่าวในหนังสือพิมพ์เกี่ยวกับสถานการณ์ในอินเดีย เราได้เห็นถึงความเมตตาของท่านอย่างมาก ท่านบอกว่า “เกิดอะไรขึ้นกับประเทศที่พระพุทธเจ้าประสูติ ที่ๆ พระธรรมอันบริสุทธิ์ได้ถือกำเนิด ผู้คนทะเลาะเบาะแว้งต่อสู้กันในนามของศาสนา มีทั้งปัญหาเรื่องลัทธินิกาย เชื้อชาติ และวรรณะ ถ้าหากพวกเขาได้รู้จักกับธรรมะอันวิเศษนี้ ทั่วทั้งประเทศก็จะรอดพ้นจากความทุกข์ ไม่มีทางอื่นอีกแล้ว ตราบใด

ที่ยังมีความขัดแย้งอย่างนี้อยู่ ก็จะมีแต่ความทุกข์ ซึ่งจะแก้ไขได้ก็เมื่อประเทศนี้ได้รับธรรมะที่บริสุทธิ์"

ข้าพเจ้ารู้สึกหวั่นเกรงว่า "ในอินเดียจะมีใครกันที่ยอมรับวิปัสสนา ไม่มีใครที่นั่นรู้จักข้าพเจ้าเลย"

แต่ท่านอาจารย์กลับตอบว่า "อย่าห่วงไปเลย ถึงเวลาแล้ว ผู้คนที่มีบารมีได้มาเกิดบนโลกนี้แล้ว และจะมารับธรรมะไปเอง เมื่อพวกเขาได้ยินคำว่า 'วิปัสสนา' ย่อมจะอดรนทนไม่ได้ เมื่อใดที่ประเทศอินเดียเริ่มยอมรับธรรมะ มันก็จะเผยแผ่ออกไปทั่วโลกอย่างรวดเร็ว เมื่อก่อนธรรมะเคยเผยแผ่ไปจากประเทศอินเดียอย่างไร บัดนี้ก็ถึงเวลาที่ธรรมะจะเผยแผ่ไปจากที่นั่นอีกครั้ง นาฬิกาแห่งวิปัสสนาได้เริ่มต้นขึ้นแล้ว" ท่านอาจารย์เชื่อมั่นในเรื่องนี้มาก

ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าตัวเองจะทำสำเร็จหรือไม่ แต่แล้วในชั่วเวลาหนึ่งเดือนที่ข้าพเจ้ามาถึงประเทศนี้ การอบรมครั้งแรกก็เกิดขึ้น จากนั้นก็มีการจัดอบรมครั้งแล้วครั้งเล่า สายธารธรรมได้เริ่มกลับมาไหลรินอีกครั้ง

คนเรานั้นล้วนมีทุกข์ คนที่ขี้โมโห มีแต่ความขุ่นเคือง อาจเข้าใจด้วยการนึกคิดว่า "นี่ไม่ดีกับฉันเลย ฉันกำลังทำให้ตัวเองและคนอื่นๆ เป็นทุกข์ ฉันต้องการจะหลุดพ้นจากมัน" แต่เขาจะหลุดพ้นจากมันได้อย่างไร ผู้ที่ข้องแวะอยู่กับบาปอกุศล ย่อมไม่มีความสุข และต้องการจะผละจากอกุศลมาสู่กุศล แต่จะทำอย่างไร ลำพังแค่ฟังธรรมก็ไม่อาจช่วยอะไรได้ การเอาแต่ฟังธรรมะดีๆ โดยหวังให้ปาฏิหาริย์มาเปลี่ยนแปลงชีวิตนั้นเป็นไปไม่ได้ ทุกคนต้องช่วยเหลือตัวเอง แล้วจะทำอย่างไร

ต้องให้ผู้คนได้รับรู้ว่า ยังมีหนทางที่ไม่ต้องอาศัยศรัทธาหรือความเชื่ออันงมงาย ซึ่งก็คือวิปัสสนา ที่มีความเป็นวิทยาศาสตร์ มีเหตุผล นำไปใช้ได้จริง และให้ผลในทันที หากท่านปฏิบัติ ก็จะได้รับผลดี จากนั้นก็จะเกิดความเชื่อมั่นตามมา ท่านจะค่อยๆ ก้าวไปสู่จุดหมายปลายทางทีละน้อย พระธรรมคำสอนทั้งหมดประกอบไปด้วย การละเว้นจากความชั่ว กระทำแต่ความดี และชำระจิตให้บริสุทธิ์ทั่วทุกส่วนของจิต ไม่ใช่เพียงแค่พื้นผิวเท่านั้น ไม่จำเป็นต้องเพิ่มเติมหรือลดทอนอะไรอีก *ปริปุณณัง ปริสุทธัง* สรรพสัตว์ทั้งหลายล้วนปรารถนาที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์ ซึ่งหนทางก็มีอยู่แล้ว ทุกคนที่รู้สึกเป็นทุกข์และต้องการพ้นทุกข์ จึงควรที่จะได้รู้วิธีการนี้ และสามารถเข้ามาทดลองปฏิบัติได้ นี่คือการที่วิปัสสนาเผยแผ่ไปในสมัยพุทธกาล และเป็นวิถีทางที่บิดาทางธรรมของข้าพเจ้าต้องการจะ

ให้ธรรมะเผยแผ่ไป

เราไม่สนใจที่จะกะเกณฑ์ผู้คนให้เข้ามาเป็นสาวกของโกเอ็นก้าหรืออูบาขิ่น นั่นไม่มีความหมายอะไรเลย เราไม่ได้มาที่นี่เพื่อก่อตั้งศาสนา เมื่อใดที่เราหันไปให้ความสำคัญกับเรื่องของศาสนา ธรรมะก็จะสูญสิ้นไป อาจารย์และผู้ช่วยอาจารย์ไม่ควรจะพูดกับผู้ปฏิบัติว่า "นี่ เธอช่างอ่อนแอเหลือเกิน แล้วจะช่วยตัวเองได้อย่างไรกัน มามอบกายกวายตัวกับฉันนี่ ยึดเอาฉันเป็นที่พึ่ง แล้วฉันจะช่วยให้เธอหลุดพ้นเอง"

เวลาที่มีผู้คนเข้ามาทดลองฝึกปฏิบัติวิปัสสนา เราควรจะช่วยให้พวกเขาได้พบกับความก้าวหน้าในการปฏิบัติ แล้วเราจะอำนวยความสะดวกอะไรให้เขาได้บ้าง จะช่วยเขาอย่างไร เราจะช่วยด้วยการแบ่งปันสิ่งที่ดีที่สุดที่เรามีให้แก่พวกเขา ด้วยจุดประสงค์เดียวเท่านั้น คือเพื่อให้ผู้คนมากขึ้นๆ ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ และได้พบกับความสุขความสงบ พหุชะนะ *หิตายะ พหุชะนะ สุขายะ*

มีอันตรายอยู่อย่างหนึ่งคือ ในอนาคตลูกหลานของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาอาจบอกว่า "ฉันเป็นนักวิปัสสนา เพราะฉันเกิดในครอบครัวของนักวิปัสสนา" แล้ววรรณะวิปัสสนาก็จะเริ่มต้นขึ้น ผู้คนจะถูกเรียกขานว่านักวิปัสสนา โดยที่ไม่ได้ฝึกปฏิบัติหรือรู้จักวิปัสสนาเลย นี่คืออันตรายร้ายแรงที่ท่านจะต้องระมัดระวังให้ดีนับจากนี้เป็นต้นไป ขอให้เข้าใจว่า ถ้าไม่ปฏิบัติก็จะไม่ได้รับประโยชน์อะไร จงเป็นแรงบันดาลใจให้แก่ผู้อื่นด้วยการลงมือปฏิบัติอย่างจริงจัง นี้คือแนวทางที่เราจะสามารถทดแทนพระคุณของท่านอาจารย์ผู้ประเสริฐได้

วิธีการปฏิบัติอันแสนวิเศษนี้ได้สูญหายไป ไม่ใช่แต่เฉพาะในอินเดียเท่านั้น หากยังรวมไปถึงทั่วทั้งโลกด้วย ตอนนี้ถึงเวลาแล้วที่วิปัสสนาจะกลับมาเฟื่องฟูอีกครั้ง ซึ่งเราก็ต้องช่วยกันรักษาวิปัสสนานี้ไว้ให้คงอยู่รับใช้ผู้คนตราบนานเท่านาน แต่จะเป็นไปได้ก็ต่อเมื่อความบริสุทธิ์ของวิธีการปฏิบัติยังคงได้รับการรักษาเอาไว้ เมื่อใดที่มีการนำเอาวิธีอื่นเข้ามาปะปน ก็จะไม่ให้ผลดีอีกต่อไป แล้วผู้คนก็จะพากันหนีหาย จนทำให้วิปัสสนาต้องสูญสิ้นไปเหมือนเช่นที่ได้เคยสูญสิ้นไปเมื่อหลายพันปีก่อน เราจึงต้องระวังอย่างยิ่งที่จะไม่ให้เรื่องนี้เกิดขึ้นอีก

สิ่งที่เราได้รับจากท่านอาจารย์ผู้ประเสริฐนี้ ไม่ว่าจะเป็นอะไรก็ตามที่ท่านได้รับสืบทอดมา เราต้องรักษาไว้ให้บริสุทธิ์ดังเดิม โดยไม่ไปเพิ่มเติมหรือลดทอนสิ่งใดเลย *เกวลัง ปริปุณณัง* บริบูรณ์ยิ่งแล้ว *เกวลัง ปริสุทธัง* บริสุทธิ์ยิ่งแล้ว ถ้าเรายังรักษาความบริสุทธิ์นี้ไว้ได้จากรุ่นสู่รุ่น ผู้คนจำนวนมากก็จะหลุดพ้นจากความทุกข์ บัดนี้ถึงเวลาที่ระฆังแห่ง

วิปัสสนาจะได้ก้องกังวานขึ้นแล้ว วิปัสสนาเริ่มจะแผ่ขยายไป ไม่ใช่ด้วยปาฏิหาริย์ใดๆ แต่จะต้องมีผู้ที่จะธำรงรักษาความบริสุทธิ์ของวิธีการนี้ไว้ และช่วยให้ธรรมะเผยแผ่ไป

ในการประชุมประจำปีครั้งนี้ ควรจะทำความเข้าใจในสองสามประเด็นนี้ให้ชัดเจน ซึ่งเมื่อการประชุมเสร็จสิ้นไปแล้ว แต่ละท่านต้องคิดกันว่า "เราจะทุ่มเทความสามารถ สติปัญญา และพลังที่มีอยู่อย่างเต็มที่ เพื่อเผยแผ่ธรรมะให้เป็นที่รับรู้ของผู้คนมากขึ้นๆ ได้อย่างไร"

"ถ้ามีคนต้องการจะปฏิบัติแล้ว ฉันจะช่วยให้เขาได้พบกับความก้าวหน้าในการปฏิบัติได้อย่างไร จะทำอย่างไรให้ผู้คนมากขึ้นๆ ได้ตั้งมั่นอยู่ในธรรมะ"

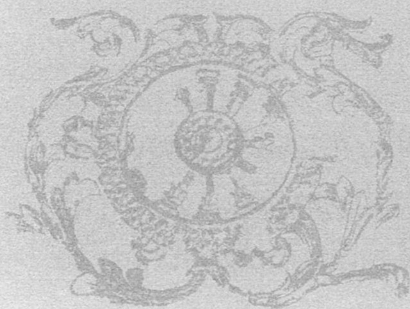
และประการที่สาม ขอให้ตั้งใจอย่างแน่วแน่ว่า "ฉันจะไม่มีวันทำให้วิธีการปฏิบัติที่บริสุทธิ์นี้ต้องมัวหมอง และฉันก็จะไม่ยอมหรือไม่มีทางช่วยเหลือสนับสนุน ให้ใครมาทำลายความบริสุทธิ์ของวิธีการนี้ได้เป็นอันขาด"

การประชุมของเราจะประสบผล ถ้าท่านนำความตั้งใจอันแรงกล้านี้ติดตัวกลับไปด้วย ธรรมะจะคอยช่วยเหลือท่าน ธรรมะได้ช่วยเหลือท่านมาจนถึงบัดนี้ และก็จะยังคงช่วยเหลือท่านต่อไป แต่ท่านก็ต้องมีความมุ่งมั่นอันแรงกล้าที่จะตอบแทนพระคุณของท่านอาจารย์ผู้ประเสริฐซึ่งได้มอบธรรมะให้แก่ท่าน

เราสำนึกในพระมหากรุณาของพระผู้มีพระภาคเจ้าเช่นใด เราก็ควรสำนึกในพระคุณของครูบาอาจารย์ที่ได้สืบสายการปฏิบัตินี้มาอย่างบริสุทธิ์ ตลอดจนบุญคุณของท่านอาจารย์อูบาขิ่นผู้มีปณิธานธรรมอันแรงกล้าด้วยเช่นนั้น เราจะทำทุกอย่างเท่าที่จะทำได้ เพื่อให้ความปรารถนาอันประเสริฐของท่านอาจารย์ลุล่วง ซึ่งก็ไม่ใช่เพื่อประโยชน์สุขของตัวเราเองเท่านั้น แต่ยังรวมถึงประโยชน์สุขของผู้คนทั้งหลายอีกด้วย

ผู้คนจำนวนมากทั่วโลกกำลังเผชิญกับความทุกข์ ความทุกข์ ขอให้ธรรมะที่บริสุทธิ์จงแผ่ขยายไปทั่วโลก ขอให้ผู้ที่มีความทุกข์จำนวนมากขึ้น ๆ จงได้พบกับธรรมะ ได้นำธรรมะไปใช้ในชีวิต และหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



ที่ศูนย์ฯ ธรรมคีรี ประเทศอินเดีย

25 มกราคม 2542

ความรับผิดชอบในการรับใช้ธรรมะ

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งหลาย

การรับใช้ธรรมะเป็นความรับผิดชอบที่ยิ่งใหญ่ ขณะที่ทำหน้าที่ ท่านต้องเข้าใจขอบเขตของตนเองและทำงานอยู่ภายในขอบเขตนี้ ธรรมบริกรควรให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ปฏิบัติในเรื่องที่เกี่ยวกับปัญหาทางด้านการจัดการ ไม่ใช่ให้คำแนะนำในเรื่องของการปฏิบัติ ซึ่งเป็นหน้าที่ของผู้ที่ได้รับมอบหมายให้สอนธรรมะเท่านั้น ต่อเมื่อท่านได้พัฒนาตนเองเพียงพอที่จะทำหน้าที่ดังกล่าวแล้ว ข้าพเจ้าก็ยินดีที่จะแต่งตั้งท่านเป็นผู้ช่วยอาจารย์ แต่ว่าธรรมะจะสุกงอม ต้องใช้เวลา ฉะนั้น ขอให้ท่านปฏิบัติหน้าที่อยู่ภายในขอบเขตที่กำหนดไว้จนกว่าจะถึงตอนนั้น

เวลาที่ผู้ปฏิบัติมีปัญหา ท่านอาจรู้สึกว่าท่านสามารถให้คำแนะนำอย่างเดียวกับที่อาจารย์แนะนำได้ ยกตัวอย่างเช่น "สูดลมหายใจลึกๆ เพ่งความสนใจไปที่ฝ่ามือฝ่าเท้า" แต่ท่านต้องไม่ทำเช่นนั้น ถึงแม้ว่าอาจจะช่วยผู้ปฏิบัติได้ เพราะเป็นเรื่องอันตราย ท่านอาจให้คำแนะนำที่ขัดกับวิปัสสนาอย่างสิ้นเชิง ดังเช่นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อคืนก่อน มีผู้ปฏิบัติคนหนึ่งบ่นว่ามีความเจ็บปวดอย่างรุนแรง ธรรมบริกรเก่าแก่คนหนึ่งจึงบอกว่า "ฉันจะฝังเข็มให้เพื่อช่วยให้ท่านหายเจ็บ" นั่นเป็นความผิดพลาดอย่างมหันต์ !

สองสามเดือนที่แล้ว ข้าพเจ้าก็ได้รับรายงานทางโทรศัพท์ว่า ระหว่างการอบรมในแถบเทือกเขาหิมาลัย มีบางคนใช้เรกิรักษาผู้ปฏิบัติที่มีความเจ็บปวดมากผู้หนึ่ง เหตุการณ์ทั้งสองกรณีนี้เป็นความผิดพลาดที่ร้ายแรง ข้าพเจ้าจึงต้องจัดการขั้นเด็ดขาด เพื่อปกป้องวิธีการปฏิบัติให้บริสุทธิ์

ขอให้เข้าใจว่าเหตุใดเรื่องนี้จึงสำคัญยิ่ง การที่กิเลสหรือความไม่บริสุทธิ์ได้ผุดโผล่ขึ้นมาบนพื้นผิว ก็เพราะการปฏิบัติวิปัสสนา จึงมีเพียงวิปัสสนาเท่านั้นที่จะขจัดมันได้ ไม่ใช่วิธีอื่น หากท่านนำเอาวิธีการอื่นมาผสมปนเปกับวิปัสสนาแล้ว สิ่งนั้นก็จะกลับกลายไปมีความ

สำคัญ จนทำให้วิปัสสนาถูกลืมเลือนไปในที่สุด

ในอดีตก็เคยเกิดเหตุการณ์เช่นนี้กับประเทศอินเดียมาแล้ว จากงานวิจัยของเราชี้ให้เห็นว่า หลังพุทธกาลยังคงมีการสอนวิปัสสนาที่บริสุทธิ์เช่นเดิมสืบต่อมาอีก 500 ปี แต่ต่อมาก็มีคนที่มักได้เริ่มเพิ่มเติมบางสิ่งบางอย่างเข้าไป ทำให้สิ่งที่เพิ่มเติมนั้นกลับกลายไปมีความสำคัญ จนวิปัสสนาค่อยๆ เลือนหายไป แม้ในช่วงเวลาสั้นๆ ที่ข้าพเจ้าได้ดำเนินการอบรม ก็มีผู้ที่ได้รับประโยชน์จากการเข้าอบรมหลายครั้ง ตัดสินใจนำเอาวิธีการปฏิบัติอันมหัศจรรย์นี้ไปใช้ในศาสนาของตน ถ้าพวกเขาสอนตรงตามที่เราสอนจริงๆ ก็จะไม่มีความเชื่อในลัทธินิกายของพวกเขาเข้ามาปะปน แต่พวกเขากลับเพิ่มคำสอนให้สังเกตดวงวิญญาณด้วย ผลก็คือหลังจากนั้น 10 ปี ผู้ปฏิบัติในกลุ่มนี้ได้มาบอกกับข้าพเจ้าว่า “เดี๋ยวนี้เราไม่ได้สังเกตเวทนาแล้ว เราสังเกตดวงวิญญาณเท่านั้น” ผู้คนเหล่านี้ได้ออกนอกทางของวิปัสสนาไปโดยสิ้นเชิง และเหตุการณ์เช่นเดียวกันนี้ก็จะเกิดขึ้นในศูนย์ปฏิบัติฯ ถ้าหากมีการเพิ่มเติมสิ่งใดเข้าไป

ธรรมะได้หวนคืนสู่ประเทศอินเดียหลังจากที่ผ่านพ้นไป 2,000 ปี และตอนนี้ก็กำลังเผยแผ่ออกไปทั่วโลก ความรับผิดชอบของข้าพเจ้าในฐานะที่เป็นครูอาจารย์ก็คือ การดูแลธรรมะให้ธำรงความบริสุทธิ์ดังเดิม เพื่อประโยชน์ของชนรุ่นหลัง ผู้มีหน้าที่ดูแลองค์กรธรรมะจะต้องระมัดระวังอย่างยิ่ง ฉะนั้น ข้าพเจ้าจึงไม่อาจนิ่งดูดายกับการกระทำที่เป็นภัยต่อการเผยแผ่ธรรมะได้ ภัยของธรรมะอย่างแรกก็คือ การประพฤติผิดในกาม อย่างที่สองคือการสอนให้ผู้ปฏิบัตินำเอาสิ่งอื่นเข้ามาปะปนกับวิปัสสนา

ข้าพเจ้าทราบว่า พวกท่านทั้งหลายส่วนใหญ่จะไม่มีทางทำผิดพลาดเช่นนั้น แต่ท่านก็ควรเรียนรู้จากเหตุการณ์ในอดีต เพื่อไม่ให้มันเกิดขึ้นอีกในวันข้างหน้า ไม่ว่าท่านจะไปรับใช้ธรรมะอยู่ที่ใดก็ตาม

อาจารย์ของข้าพเจ้า ท่านอูบาขิ่น ไม่อนุญาตให้ข้าพเจ้าเข้ารับการอบรมในครั้งแรกก็เพราะข้าพเจ้าบอกกับท่านว่า ข้าพเจ้าตั้งใจจะมาเข้าปฏิบัติเพื่อรักษาโรคไมเกรน ถึงแม้ข้าพเจ้าจะเป็นผู้นำชุมชนชาวอินเดียในร่างกุ้ง เป็นผู้นำทางธุรกิจ เป็นประธานหอการค้า และเป็นมหาเศรษฐี แต่ท่านอาจารย์ก็บอกว่า “ไม่ได้หรอก ฉันสอนเธอไม่ได้ ถ้าเธอต้องการเรียนรู้หนทางแห่งความหลุดพ้นแล้วล่ะก็ ฉันจะช่วยเธอ แต่ถ้าเธอมาเพื่อรักษาโรค ก็จงกลับไปเสีย เพราะเธอกำลังดูถูกคุณค่าของธรรมะ”

ถ้าผู้ปฏิบัติมีความเจ็บปวด แล้วเราเริ่มใช้วิธีการฝังเข็ม เรกิ หรือวิธีการบำบัดอื่นๆ

เราก็จะทำร้ายเขา และดูถูกคุณค่าของธรรมะ ฉะนั้น จงระวังให้ดี ที่ข้าพเจ้าชี้แจงให้ท่านเข้าใจก็ด้วยความเมตตา ไม่ว่าท่านไปรับใช้ธรรมะในที่ไหนๆ จะต้องไม่มีธรรมบริกรคนใดสอนเรื่องการปฏิบัติให้ศิษย์เป็นอันขาด และต้องไม่มีใครแนะนำให้ศิษย์นำเอาวิธีการอื่นมาผสมกับวิปัสสนา ซึ่งข้าพเจ้าก็มั่นใจว่าพวกท่านทั้งหลายจะไม่ทำเช่นนั้น ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



ที่นาคปุระ ประเทศอินเดีย

ตุลาคม 2543

ความสำคัญของการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน

ลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งหลาย

สุโข พุทธานัง อุปปาโท

ความอุบัติขึ้นแห่งพระพุทธเจ้าทั้งหลายนำความสุขมาให้

สุขา สัทธัมมะเทสะนา

พระสัทธรรมนำความสุขมาให้

สุขา สังฆัสสะ สามัคคี

ความพร้อมเพรียงแห่งหมู่คณะนำความสุขมาให้

สะมัคคานัง ตะโป สุโข ฯ

ความเพียรของผู้พร้อมเพรียงกันทำให้เกิดสุข

เมื่อ 2,600 ปีก่อน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้อุบัติขึ้นบนผืนแผ่นดินนี้ และทรงเผยแผ่ธรรมะอันบริสุทธิ์ ยังความสุขอันใหญ่หลวงมาสู่โลก ผู้คนได้ดำเนินชีวิตตามหลักธรรมคำสอนและปฏิบัติธรรมร่วมกัน ไม่มีความสุขใดจะยิ่งใหญ่ไปกว่านี้อีกแล้ว

ผู้ปฏิบัติทุกคนต้องพัฒนาพลังของตนเพื่อเผชิญกับความผันผวนในชีวิต ด้วยเหตุนี้ จึงจำเป็นที่จะต้องปฏิบัติทุกวันในเวลาเช้าและเย็นครั้งละหนึ่งชั่วโมง และปฏิบัติร่วมกันสัปดาห์ละครั้ง รวมทั้งเข้ารับการอบรมอย่างน้อยปีละครั้ง แล้วเมื่อนั้นเราก็จะก้าวหน้าไปบนหนทางธรรม ผู้ครองเรือนย่อมเผชิญกับอุปสรรคต่างๆ นานาในการปฏิบัติ แม้แต่ผู้ที่ละทิ้งชีวิตครอบครัวก็ยังบอกข้าพเจ้าว่า พวกเขาไม่สามารถปฏิบัติได้อย่างสม่ำเสมอ แต่เราต้องไม่ย่อท้อ แม้จะต้องพบกับความยากลำบากนานาประการ

เราออกกำลังกายเพื่อให้ร่างกายมีพลานามัยที่เข้มแข็ง แต่ที่จำเป็นยิ่งกว่านั้นคือ การทำให้จิตใจมีพลานามัยที่เข้มแข็ง วิปัสสนาก็คือการฝึกบริหารจิต และการฝึกปฏิบัติเช้า-เย็น

ก็ไม่ได้เป็นการเสียเวลาเปล่า เรามีชีวิตอยู่ในโลกที่สับสนวุ่นวายและบีบคั้น หากจิตใจไม่เข้มแข็ง เราก็ย่อมจะสูญเสียความสมดุลจนเป็นทุกข์ได้

การได้เกิดเป็นมนุษย์นั้นเป็นความโชคดี เพราะมีเพียงมนุษย์เท่านั้นที่สามารถเฝ้าสังเกตจิตใจของตนเอง และขจัดกิเลสไปจากส่วนลึกของจิตได้ ในขณะที่สัตว์อื่นๆ หรือพวกที่อยู่ในภพภูมิต่ำกว่าไม่สามารถทำได้ แม้มนุษย์เองก็ใช่ว่าจะทำได้ ถ้าหากไม่รู้จักวิธีการปฏิบัตินี้ สำหรับผู้ที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ได้พานพบกับวิธีการปฏิบัติอันแสนวิเศษนี้ และรู้จักนำไปใช้จนได้รับประโยชน์ ทว่ากลับละทิ้งการปฏิบัติ ก็นับว่าโชคร้ายยิ่งนัก เปรียบเสมือนคนสิ้นเนื้อประดาตัวที่ได้พบกับทรัพย์สมบัติ แล้วกลับทอดทิ้งมันไป กลายเป็นคนหมดตัวอีกครั้ง หรือเหมือนคนป่วยที่ได้พบยาแล้ว แต่กลับทิ้งมันไปจนล้มเจ็บอีกครั้ง ขอท่านทั้งหลายจงอย่าปล่อยให้เรื่องเช่นนี้เกิดขึ้น !

บางครั้งมีผู้ปฏิบัติมาบอกกับข้าพเจ้าว่า “ผมหยุดปฏิบัติไป เพราะยุ่งมาก” นั่นเป็นข้อแก้ตัวที่ฟังไม่ขึ้น ท่านรับประทานอาหารวันละ 3-4 ครั้งมิใช่หรือ ท่านคงไม่พูดหรอกว่า “วันนี้ฉันยุ่งมากจนไม่มีเวลาจะกินอะไรเลย” การปฏิบัติเช้า-เย็นจะช่วยให้จิตใจของเราเข้มแข็ง ซึ่งจิตที่เข้มแข็งนี้มีความสำคัญเสียยิ่งกว่าร่างกายที่แข็งแกร่งเสียอีก เราจะทำร้ายตัวเอง ถ้าเราหลงลืมการปฏิบัติไป

บางครั้งเราอาจไม่สามารถปฏิบัติได้ในสถานที่เดิมตามเวลาที่กำหนดไว้ ถึงแม้นั่นจะเป็นสิ่งที่ดี แต่ก็ไม่จำเป็นเสมอไป ที่สำคัญคือต้องปฏิบัติ 2 ครั้งใน 24 ชั่วโมง เวลาที่เราไม่อาจจะนั่งปฏิบัติได้เพียงลำพัง ก็จงปฏิบัติแบบลืมตาโดยให้จิตจดจ่ออยู่ภายใน ถึงแม้จะมีผู้คนอยู่รอบข้างก็ตาม จงจำเอาไว้ว่า เราไม่ควรแสดงการปฏิบัติให้ผู้อื่นเห็น เขาไม่จำเป็นต้องรู้ว่าเรากำลังปฏิบัติ ถึงเราจะไม่สามารถปฏิบัติได้เช่นเดียวกับในยามที่อยู่เพียงลำพัง แต่อย่างน้อยที่สุด เราก็พอจะทำให้จิตสงบลงและแข็งแกร่งขึ้นบ้าง ถ้าหากไม่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ จิตก็ย่อมจะอ่อนแอลง จิตที่อ่อนแอนั้นทำให้เราเป็นทุกข์ได้ เพราะมันจะหวนกลับไปสู่ความเคยชินเก่าๆ ที่ชอบสั่งสมโลภะและโทสะ

นี้คือคำสอนที่มีค่ายิ่ง เมื่อเราเริ่มรู้สึกถึงเวทนาที่ร่างกาย ก็เท่ากับประตูแห่งความหลุดพ้นได้เปิดออกแล้ว และผู้ที่สามารถเรียนรู้ที่จะวางอุเบกขาต่อเวทนาต่างๆ ได้ ก็เท่ากับเขาได้ก้าวเข้าไปสู่ประตูนั้น แล้วได้เริ่มเดินไปบนหนทางแห่งความหลุดพ้น ทุกๆ ย่างก้าวบนหนทางสายนี้จะนำพาเขาเข้าไปใกล้จุดหมายปลายทางยิ่งขึ้นเรื่อยๆ เป็นความพยายามที่มีแต่จะให้ผล ไม่สูญเปล่า

หากเราไม่รู้เท่าทันเวทนา เราก็มีแต่จะก้าวเดินไปสู่หนทางแห่งความทุกข์ เพราะเราจะตอบโต้เวทนาอย่างไม่รู้เท่าทันด้วยความหลง

ในขณะที่ใกล้ตาย จะมีเวทนาบางอย่างผุดโผล่ขึ้นมา ถ้าเราไม่รู้เท่าทันและตอบโต้ด้วยความขุ่นเคือง การกระทำเช่นนั้นก็ย่อมจะนำเราไปสู่อบายภูมิ แต่ผู้ปฏิบัติธรรมที่ดี ซึ่งสามารถวางเฉยต่อเวทนาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในยามที่กำลังจะสิ้นใจนั้น ย่อมจะไปสู่สุคติ นี่คือวิธีที่เราจะกำหนดอนาคตของตัวเราเอง ความตายอาจมาเยือนเมื่อใดก็ได้ เราไม่ได้มีข้อตกลงว่า ให้มันมาต่อเมื่อเราพร้อม เราจึงต้องพร้อมเสมอไม่ว่ามันจะมาเมื่อใดก็ตาม วิปัสสนาไม่ใช่วิธีการปฏิบัติธรรมดาๆ หากแต่เป็นรัตนะอันประเสริฐที่สามารถช่วยให้เราหลุดพ้นจากสังสารวัฏแห่งการเกิดและการตาย ซึ่งไม่เพียงแต่จะช่วยพัฒนาชีวิตในชาตินี้หากยังช่วยพัฒนาชีวิตในชาติต่อๆ ไป จนท้ายที่สุดสามารถนำพาเราไปสู่ความหลุดพ้นได้อย่างสิ้นเชิง

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า *เวทนาสะโมสะระณา สัพเพ ธัมมา* สิ่งใดก็ตามที่เกิดขึ้นในจิต มันคือธรรมะ และเวทนาจะเกิดขึ้นที่ร่างกาย เมื่อธรรมะอย่างหนึ่งอย่างใดเกิดขึ้นในจิต นี่คือกฎธรรมชาติ จิตและกายนั้นสัมพันธ์กัน

เมื่อใดก็ตามที่มีความเศร้าสลดหดหู่หรือซึมเซาเกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน วิธีการปฏิบัตินี้จะช่วยเราได้ ถ้าหากเราเข้าใจว่า "ขณะนี้มีความเศร้าสลดหดหู่หรือซึมเซาเกิดขึ้นในจิตของฉัน" แล้วเริ่มเฝ้าสังเกตลมหายใจหรือเวทนาไปพร้อมๆ กัน สาเหตุภายนอกที่ทำให้เกิดอารมณ์ดังกล่าวขึ้นไม่ใช่สิ่งสำคัญ เราต้องเข้าใจว่ากำลังมีกิเลสเกิดขึ้นในจิต แล้วก็เฝ้าสังเกตเวทนาที่ร่างกาย ถ้าปฏิบัติได้ครบถ้วนเช่นนี้ มิใช่เพียงครั้งสองครั้ง แต่ซ้ำแล้วซ้ำเล่าด้วยความเข้าใจว่า เวทนาทุกชนิดล้วนไม่เที่ยง ฉะนั้น กิเลสหรือความไม่บริสุทธิ์ที่เกี่ยวข้องกับเวทนาดังกล่าว ก็ไม่เที่ยงด้วยเช่นกัน เมื่อเวลาผ่านไปกิเลสนี้ก็จะอ่อนกำลังลงและดับไป เหมือนดังขโมยที่เข้ามาในบ้าน แล้วพบว่าเจ้าของบ้านตื่น ก็จะหนีหายไป

บัดนี้เราได้เรียนรู้วิธีการปฏิบัติอันเป็นศิลปะแห่งการดำเนินชีวิตนี้แล้ว กิเลสใดๆ ที่เกิดขึ้น เช่น ความใคร่ อัตตา ความอิจฉา ความกลัว และอื่นๆ จะไม่สามารถครอบงำเราได้ สิ่งที่เราต้องทำ มีเพียงยอมรับว่า "กิเลสได้เกิดขึ้นแล้ว ฉันต้องเผชิญกับศัตรูตัวนี้ ดูซิว่าเกิดอะไรขึ้นที่ร่างกายของฉันบ้าง และสิ่งที่เกิดขึ้นนี้ล้วนไม่เที่ยง เป็นอนิจจัง อนิจจัง"

กิเลสจะเข้ามาในชีวิตเราตลอดเวลาด้วยเหตุปัจจัยต่างๆ นานา หากเราสามารถหลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวงได้โดยสิ้นเชิง เราก็จะเป็นพระอรหันต์ แต่กว่าจะไปถึงขั้นนั้นยังอีก

ไกล ขณะนี้ในชีวิตของปุถุชน เราต้องเผชิญกับปัญหาเหล่านี้ แต่เราก็ได้ค้นพบอาวุธที่มีประสิทธิภาพยิ่งในรูปของเวทนา ไม่มีศัตรูใดที่จะสามารถครอบงำเราไปได้ตลอดทั้งชีวิต เช่นนี้แล้วมันจะครอบงำเราในขณะตายได้อย่างไร มันไม่สามารถครอบงำเราได้หรอก เพราะนี่คือวิธีการปฏิบัติที่จะทำให้เราเป็นนายของตัวเอง

ในเมื่อเราได้เรียนรู้ศิลปะแห่งการดำเนินชีวิตแล้ว ความโศกเศร้าจะเกิดขึ้นกับชีวิตของเราได้อย่างไร ความโศกเศร้านั้นเกิดจากกิเลส ความไม่บริสุทธิ์ มิใช่จากเหตุภายนอก ถ้ามีเหตุภายนอกบางอย่างเกิดขึ้น แล้วเราไม่ไปปรุงแต่ง สร้างกิเลส เราก็จะไม่เป็นทุกข์ แต่ถ้าเราไปสร้างกิเลส เราก็ย่อมจะเป็นทุกข์ เราจึงมีส่วนในการสร้างความทุกข์ให้แก่ตัวเราเอง เหตุภายนอกที่ไม่น่าพอใจจะยังคงเกิดขึ้นต่อไป ถ้าเราเข้มแข็งพอที่จะไม่ไปสร้างกิเลสแล้ว ชีวิตก็จะมีแต่ความสุขสงบ เราจะไม่ทำร้ายผู้อื่น หากจะช่วยเหลือทั้งตนเองและผู้อื่น ผู้ปฏิบัติทุกคนควรเข้าใจว่า เขาจะต้องปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ จึงจะได้พบกับความสุขสงบไปตราบชั่วชีวิต

ขอให้ทุกๆ คนที่เข้ามาสู่หนทางของวิปัสสนาจงตระหนักเถิดว่า พวกเขาได้รับแก้วมณีอันล้ำค่ายิ่ง

ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุข มีความสงบ จงหลุดพ้นเถิด ❖

คำกล่าวเปิดงานสัมมนาฉลองศตวรรษที่ศูนย์ฯ ธรรมโชติ ประเทศพม่า

9 มกราคม 2543

ขอให้ปณิธานธรรมของท่านอ.อูบาขิ่นจงสัมฤทธิ์ผล

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

สหธรรมิกและลูกๆ ทางธรรมที่รักทั้งหลาย

บ่ายวันนี้เราได้มาพร้อมเพรียงกัน ณ ดินแดนศักดิ์สิทธิ์แห่งนี้ เพื่อน้อมระลึกและแสดงความกตัญญูต่อท่านอาจารย์อูบาขิ่น หลายๆ คนเดินทางมาจากที่ไกล ประมาณ 30 ประเทศ นับเป็นโชคของเราที่ได้มาอยู่บนผืนแผ่นดินธรรมแห่งนี้ ที่สามารถธำรงรักษาพระธรรมคำสอนทั้งในส่วนของปริยัติและปฏิบัติไว้ได้อย่างบริสุทธิ์ นี้คือการจาริกสู่ดินแดนศักดิ์สิทธิ์

ก่อนอื่นใด เราขอน้อมบูชาด้วยความกตัญญูและความศรัทธาอย่างลึกซึ้งหาที่สุดมิได้ต่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อครั้งที่ทรงเสวยพระชาติเป็นสุเมธพราหมณ์ และได้พบกับพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในเวลานั้น คือพระทีปังกรพุทธเจ้า พระองค์ทรงมีพระบารมีมากพอที่จะบรรลุอรหัตผลได้โดยง่าย หากได้รับคำสอนการปฏิบัติวิปัสสนา แต่กลับทรงสละโอกาสนั้นและตรัสว่า “ข้าพระพุทธเจ้าไม่ปรารถนาที่จะหลุดพ้นแต่เพียงลำพัง หากประสงค์ที่จะตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเช่นพระองค์ เพื่อช่วยเหลือสรรพสัตว์ทั้งหลายให้หลุดพ้นจากความทุกข์” ทรงเข้าพระทัยดีว่า การจะตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้นั้นจะต้องบำเพ็ญบารมีและเผชิญกับความทุกข์ยากนับชาติไม่ถ้วนหลายชั่วกัปกัลป์ ช่างเป็นความเสียสละและพระมหากรุณาอันยิ่งใหญ่อะไรเช่นนั้น ถ้าหากในเวลานั้นทรงบรรลุอรหัตผล หรือในกาลต่อมาได้ตรัสรู้เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้าแล้ว เราจะได้รับธรรมะอันแสนวิเศษนี้ได้อย่างไร

หลังจากที่ตรัสรู้แล้ว ก็ได้ทรงอุทิศชีวิตตลอดระยะเวลา 45 พรรษาที่เหลือ เพื่ออนุเคราะห์สัตว์โลกด้วยความรักความกรุณา พระอรหันตสาวกทั้งหลายของพระองค์ก็ได้จาริกไปทั่วประเทศและนอกประเทศ เพื่อเผยแผ่ธรรมด้วยความเมตตากรุณาอันประมาณ

มิได้เช่นเดียวกัน จากนั้นก็ได้มีการสืบทอดจากครูถึงศิษย์ ทำให้สายธารธรรมรินไหลเรื่อยมาในรูปแบบที่บริสุทธิ์ดั้งเดิม เราทุกคนล้วนเป็นหนี้บุญคุณท่านผู้ประเสริฐทั้งหลายที่ได้ธำรงรักษาธรรมะนี้ไว้ และขอน้อมรำลึกถึงท่านเหล่านั้นด้วยความศรัทธา

เป็นที่น่าเสียดายว่า ธรรมะอันบริสุทธิ์ได้สูญสิ้นไปจากประเทศอินเดียภายหลังพุทธกาลเพียง 500 ปี หากก่อนหน้านั้นไม่ได้มีการเผยแผ่ไปยังประเทศเพื่อนบ้านแล้ว ธรรมะก็คงจะสูญไปอย่างสิ้นเชิง เราจึงต้องขอบคุณประเทศพม่า ดินแดนอันงดงามแห่งนี้ หรือที่ในครั้งกระโน้นเรียกกันว่าสุวรรณภูมิ (แผ่นดินทอง) ซึ่งได้กลับกลายเป็นดินแดนอันแสนวิเศษยิ่ง หลังจากที่ธรรมะได้แผ่มาถึง

และเรายังต้องขอบคุณสองพี่น้องชาวพม่าที่ชื่อตปุสสะและภัลลิกะ คฤหัสถ์สองท่านแรกที่ได้ถวายพระกระยาหารแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าภายหลังจากตรัสรู้ และกราบทูลขอพระเกสาจากพระองค์ แล้วนำกลับมายังประเทศพม่า ซึ่งได้มาประดิษฐานไว้ในพระเจดีย์ชเวดากอง

กระแสพลังจากพระเจดีย์ชเวดากองอันแสนวิเศษที่บรรจุพระเกสาธาตุของพระพุทธเจ้าเอาไว้ ไม่เพียงแต่จะเกื้อกูลประเทศนี้ หากยังช่วยเกื้อกูลมนุษยชาติด้วย ผู้ที่มาสักการะด้วยการถวายดอกไม้หรืออื่นๆ ล้วนได้รับประโยชน์จากกระแสพลังนี้ ทำให้เกิดแรงบันดาลใจที่จะก้าวเดินไปบนหนทางธรรม รวมทั้งได้รับอานิสงส์จากการสักการะบูชา ส่วนผู้ที่มาปฏิบัติธรรมในบริเวณดังกล่าว ก็ได้รับบุญกุศลอย่างไม่อาจประมาณได้ บัดนี้ท่านทั้งหลายที่ได้จาริกมายังดินแดนนี้ ก็จะได้ปฏิบัติธรรมที่เจดีย์ชเวดากอง และรับรู้ถึงความมหัศจรรย์ของสถานที่อันศักดิ์สิทธิ์นี้

ทุกวันนี้เราเป็นหนี้บุญคุณท่านตปุสสะและภัลลิกะ ที่ได้นำพระเกสาธาตุมาสู่ประเทศนี้ และหลังจากนั้นยังได้เดินทางกลับไปอินเดียเพื่อเรียนรู้ธรรมะจากพระพุทธเจ้า ก่อนที่จะนำกลับมาเผยแผ่ในประเทศนี้ด้วยเช่นกัน

อีกท่านหนึ่งที่เราต้องรำลึกถึงก็คือ พระอรหันต์ควัมปติ ซึ่งได้เดินทางมาที่นี่ ภายหลังจากพระพุทธเจ้าปรินิพพานไปเพียง 7 ปี เพื่อพบกับพระเจ้าสีหะ (หรือสิงหราช) ผู้ครองดินแดนสุวรรณภูมิ ซึ่งในสมัยนั้นไม่ได้มีอาณาเขตจำกัดเฉพาะแค่พม่า หากยังครอบคลุมไปถึงพื้นที่ส่วนใหญ่ของประเทศไทย คาบสมุทรมาเลเซียทั้งหมด และสิงคโปร์ อย่างไรก็ตามเราไม่ได้รำลึกถึงพระเจ้าสิงหราชในด้านของพระราชอำนาจ แต่ในด้านที่ทรงเผยแผ่ธรรมไปทั่วพระราชอาณาจักรด้วยความช่วยเหลือของท่านพระควัมปติ

ไม่กี่ร้อยปีหลังจากนั้น พระเจ้าอโศกมหาราช ซึ่งได้รับแรงบันดาลใจจากพระอาจารย์ของพระองค์คือ พระอรหันต์โมคคัลลีบุตรติสสะ ก็ได้ส่งพระธรรมทูตจากอินเดียไปยังประเทศต่างๆ รวมทั้งพระอรหันต์โสณะและอุตตระที่ได้มายังดินแดนแห่งนี้ พระธรรมเทศนาที่ท่านทั้งสองได้แสดงแก่ชาวเมืองเป็นครั้งแรก คือ *พรหมชาลสูตร* ซึ่งมิใช่พระธรรมเทศนาธรรมดา ๆ แต่เป็นสิ่งที่ทำให้เราเข้าใจได้อย่างแจ่มแจ้งว่า ผู้คนในบริเวณนี้ต่างรู้จักคำสอนของพระบรมศาสดาอยู่แล้ว แม้จะดูเหมือนว่ายังไม่มีความเข้าใจลึกซึ้งก็ตาม การหยิบยกพระสูตรอันแสนวิเศษนี้ขึ้นแสดง ก็เพื่อช่วยให้ชาวเมืองได้ตั้งมั่นอยู่ในธรรม เพราะพระสูตรนี้ได้กล่าวถึงความเชื่อผิดๆ หลายประการ ซึ่งอาจจะเป็นความเชื่อของชาวเมืองนั้น พระสูตรนี้ได้ให้ความกระจ่างทั้งในแง่ของปริยัติและปฏิบัติ โดยกล่าวถึงความเชื่อถือทางปรัชญาทั้งหลายว่า เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นและประสบอยู่ภายในขอบเขตของกายและจิต ในขณะที่วิปัสสนาจะทำให้บุคคลสามารถข้ามพ้นกายและจิต ไปสู่สภาวะที่ปราศจากเวทนาและตัณหา พระโสณะและพระอุตตระจึงเป็นผู้ที่นำธรรมะทั้งในส่วนของปริยัติและปฏิบัติมาประดิษฐานยังดินแดนแห่งนี้ เราจึงขอน้อมคารวะด้วยกตัญญุตาธรรมต่อท่านทั้งสองเป็นที่ยิ่ง

หลังจากนั้นเราก็ไม่ทราบชื่อของครูบาอาจารย์ทั้งหลายที่ได้สืบสายต่อจากพระโสณะและพระอุตตระ แต่มีท่านหนึ่งซึ่งมีชื่อเสียงอย่างมากคือ พระอรหันต์ธรรมทัสสี หรือที่รู้จักกันดีในนามพระอชินอรหันต์ ท่านมีชีวิตอยู่เมื่อ 800 ปีก่อน เป็นผู้ที่ถึงพร้อมด้วยอภิญญาทุกประการ สามารถแลเห็นหายนะภัยที่จะบังเกิดขึ้นทางตอนเหนือของประเทศว่า ธรรมะที่บริสุทธิ์จะสูญสิ้นไป ครูสอนธรรมะที่นั่นซึ่งเรียกกันว่าอริ ในความหมายของอริยะหรือผู้ประเสริฐ จะกลับกลายไปเป็นอริ ในความหมายของศัตรูกับธรรมะ เพราะจะเป็นผู้ที่ทำลายความบริสุทธิ์ของธรรมะ อีกทั้งในขณะนั้นทางภาคเหนือยังมีพระมหากษัตริย์ที่เข้มแข็ง คือ พระเจ้าอโนรธา (หรืออนุรุทธ) ในขณะที่ทางภาคใต้มีพระมหากษัตริย์ที่อ่อนแอกว่า คือ พระเจ้ามโนหะรี (หรือมนูหะ) ท่านพระธรรมทัสสีตระหนักถึงหายนะภัยของธรรมะว่าจะมาจากกษัตริย์องค์ที่เข้มแข็งกว่า เพราะหากกษัตริย์ที่เข้มแข็งทรงเป็นผู้ที่ต่อต้านธรรมะ ก็จะสามารถที่จะทำลายล้างธรรมะให้หมดไปจากประเทศพม่า

เพื่อปกปักรักษาพระธรรมให้บริสุทธิ์ ท่านพระธรรมทัสสีจึงได้เดินทางไปทางเหนือของพม่า และทำให้พระเจ้าอโนรธาเห็นความสำคัญของการธำรงความบริสุทธิ์ของคำสอนทั้งหมดในพระไตรปิฎก ทั้งในแง่ของปริยัติและปฏิบัติ จากนั้นก็มีการอัญเชิญพระไตรปิฎกไปที่

เมืองพุกาม หรือที่ในสมัยนั้นเรียกกันว่าอริมัตตนปุระ ซึ่งหมายถึงเมืองที่ศัตรูแพ้พ่าย ด้วยเหตุนี้ เราจึงซาบซึ้งในพระคุณของพระธรรมทัสสีเป็นอย่างยิ่ง

พระธรรมทัสสียังคงใช้ชีวิตอยู่ที่นั่นอีกหลายปี จนมั่นใจว่าธรรมะได้หยั่งรากลึกลงแล้ว จากนั้นว่ากันว่า ท่านได้เดินทางขึ้นเหนือต่อไปอีก โดยได้ไปปักหลักอยู่ที่เขาสะกาย ท่านไม่เพียงแต่ปฏิบัติธรรมอยู่ที่นั่นตราบจนวาระสุดท้ายของชีวิต หากยังได้อบรมกรรมฐานให้แก่ผู้สนใจจำนวนมากด้วย ฉะนั้น เมืองสะกายจึงถือเป็นธรรมสถานที่ศักดิ์สิทธิ์อีกแห่งหนึ่ง

หลังจากนั้นเราก็ไม่ทราบชื่อของครูบาอาจารย์ท่านต่อๆ มา แต่จากการสืบทอดรุ่นสู่รุ่น จากครูถึงศิษย์ ทำให้ธรรมะในบริเวณดังกล่าวได้รับการธำรงรักษาไว้ได้อย่างบริสุทธิ์

จนกระทั่งเมื่อ 150 ปีก่อน ได้มีพระอาจารย์ผู้ปราดเปรื่องทั้งปริยัติและปฏิบัตินาม แลดีซายาดอว์ ผู้มีพระคุณอันล้นพ้นต่อเรา ในความเป็นพระภิกษุผู้มีสายตายาวไกล ท่านหยั่งรู้ว่า 2,500 ปีหลังพุทธกาลจะเป็นยุคที่สองของพระศาสนา ซึ่งธรรมะจะแผ่ขยายไปทั่วโลก ท่านจึงได้เตรียมพร้อมเพื่อการเผยแผ่นี้

ท่านทราบดีว่า ผู้คนส่วนใหญ่ในโลกนี้มิได้มีศรัทธาในองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทั้งนี้เพราะพวกเขาไม่รู้อะไรเกี่ยวกับคำสอนของพระองค์เลย ฉะนี้แล้ว ธรรมะจะแผ่ขยายได้อย่างไร ในประเทศที่ผู้คนเลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธเจ้านั้น พระภิกษุสามารถสอนธรรมะได้ แต่ในประเทศที่ไม่ยอมรับพระภิกษุสงฆ์เล่า ท่านจึงตัดสินใจว่าจะให้ฆราวาสเป็นผู้สอน ก่อนหน้านั้นการสอนธรรมะ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านของการปฏิบัติ จะจำกัดอยู่แต่เฉพาะในหมู่พระภิกษุ ท่านจึงเป็นผู้ที่เปิดประตูให้ฆราวาสได้เรียนรู้วิธีการปฏิบัตินี้ จนมีความมั่นคงในธรรมดี แล้วถ่ายทอดสู่ผู้อื่น นับเป็นการตัดสินใจครั้งสำคัญยิ่ง

ท่านได้ถ่ายทอดวิธีการปฏิบัติให้แก่อาจารย์ฆราวาสผู้ประเสริฐท่านหนึ่ง คือท่านซายาเท็ตจี ซึ่งเป็นที่จดจำและเคารพนับถือของพวกเรา ท่านเป็นแบบอย่างอันงดงามที่แสดงให้เห็นว่า อาจารย์ที่เป็นฆราวาสควรจะดำเนินชีวิตและรับใช้ผู้อื่นด้วยความรักความเมตตาอย่างไร แม้ภายนอกท่านจะเป็นคฤหัสถ์ แต่กลับดำเนินชีวิตที่บริสุทธิ์เยี่ยงพระภิกษุ ผู้คนรุ่นแล้วรุ่นเล่าย่อมจะได้รับแรงบันดาลใจจากการศึกษาเรื่องราวของท่าน เราขอน้อมคารวะด้วยความกตัญญูอันยวดยิ่งต่อท่านซายาเท็ตจี

แล้วก็มาถึงท่านผู้ที่เป็นดาวจรัสแสงแห่งธรรม คือท่านซายาจี อูบาขิ่น บิดาทางธรรมของข้าพเจ้า ท่านมีความรักความเมตตาอย่างล้นเหลือต่อมวลมนุษย์ผู้ทุกข์ยาก และมีความมุ่งมั่นที่จะให้ธรรมะได้เผยแผ่ไปทั่วโลก ท่านมั่นใจว่าธรรมะที่บริสุทธิ์จะหวนคืนสู่ประเทศ

อินเดียอีกครั้ง และเป็นที่ยอมรับและเผยแผ่ออกไปทั่วโลกเพื่อรับใช้มนุษยชาติทั้งมวล อันที่จริงท่านมีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะเดินทางไปยังอินเดียด้วยตนเอง แต่ด้วยเหตุผลบางประการทำให้ท่านไม่อาจทำเช่นนั้นได้ ต่อมาสถานการณ์ประจวบเหมาะ แม้ข้าพเจ้าจะเป็นพลเมืองพม่า แต่ก็ได้รับหนังสือเดินทางให้ไปประเทศอินเดียได้ ท่านอาจารย์ดีใจมากและบอกกับข้าพเจ้าว่า "บัดนี้ เธอจะเป็นตัวแทนของฉัน ไปสานต่อเจตนารมณ์และภารกิจของฉันให้ลุล่วง"

ข้าพเจ้ารู้สึกลังเล เพราะรู้ข้อจำกัดของตัวเองดี จึงเรียนถามท่านไปว่า ข้าพเจ้าจะประสบความสำเร็จในการเผยแผ่ธรรม ในประเทศที่ผู้คนมีความเข้าใจผิดอย่างฝังแน่นต่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและคำสอนของพระองค์ได้อย่างไร

แต่ท่านก็ได้ให้กำลังใจข้าพเจ้า ท่านกล่าวว่า "เธอไม่มีอะไรต้องกังวล เพราะธรรมะกำลังจะไปที่นั่น และพร้อมๆ กันนั้นฉันก็จะไปด้วย เธอจะประสบความสำเร็จ ไม่ต้องเป็นห่วง"

เมื่อไปถึงที่นั่น ข้าพเจ้าก็มีแต่ความมืดมน สงสัยว่า "ใครจะกล้ามาปฏิบัติกับข้าพเจ้าถึง 10 วัน แล้วใครล่ะที่จะช่วยจัดการให้เกิดการอบรมขึ้นมา"

แต่ด้วยพรของท่านอาจารย์อูบาขิ่น หลักสูตร 10 วันครั้งแรกได้จัดขึ้นภายในเวลา 1 เดือนที่ข้าพเจ้าไปถึงอินเดีย และจากนั้นสายธารธรรมก็เริ่มรินไหลไปทั่วประเทศ ซึ่งเป็นเรื่องที่เหลือเชื่อจริงๆ

ขณะนั้นมีผู้คนมากมายจากทั่วโลกเดินทางไปที่อินเดียด้วยเหตุผลต่างๆ กัน และพวกเขาก็พากันมาเข้าปฏิบัติ พร้อมทั้งรบเร้าให้ข้าพเจ้าไปสอนธรรมะที่ประเทศของพวกเขา โดยให้เหตุผลว่ามีญาติพี่น้องและเพื่อนๆ ของพวกเขาอีกมากมายที่ต้องการธรรมะ แต่ไม่สามารถเดินทางมาปฏิบัติที่ประเทศอินเดียได้ แต่ข้าพเจ้าจะไปไหนได้ เพราะหนังสือเดินทางของข้าพเจ้าใช้ได้กับอินเดียเพียงประเทศเดียวเท่านั้น แต่เมื่อระลึกถึงท่านอาจารย์และความปรารถนาของท่านที่ต้องการให้ธรรมะเผยแผ่ไปทั่วโลก ข้าพเจ้าจึงตั้งใจมั่นว่า หากภายในระยะเวลา 10 ปี ข้าพเจ้าไม่ได้รับอนุญาตจากประเทศพม่าให้เดินทางไปยังประเทศอื่นๆ ได้ ข้าพเจ้าจะรับสัญชาติอินเดีย เพื่อจะได้ไปสอนธรรมะในต่างประเทศได้

เมื่อกำหนดเส้นตาย 10 ปีใกล้เข้ามา รัฐบาลพม่าก็ยังไม่รับรองให้ข้าพเจ้าเดินทางไปประเทศอื่นได้ ข้าพเจ้าจึงรอต่อไป สุดท้ายกำหนดเส้นตายกระชั้นเข้ามา ทำให้ข้าพเจ้าตัดสินใจยื่นขอสัญชาติอินเดีย ทั้งๆ ที่ทราบดีว่าต้องใช้เวลานานในการดำเนินการ และยัง

ต้องรออีกนานกว่าจะได้รับหนังสือเดินทางใหม่ แต่ธรรมะนั้นอัศจรรย์ยิ่ง ! สามวันก่อนครบกำหนดเส้นตาย ข้าพเจ้าได้รับสัญชาติอินเดีย ส่วนหนังสือเดินทาง ข้าพเจ้าได้รับในวันที่ครบรอบ 10 ปีของการเดินทางมาประเทศอินเดียพอดิบพอดี !

นับตั้งแต่หลักสูตรแรกที่ข้าพเจ้าได้ดำเนินการอบรม ไม่ว่าจะเป็นอานาปานสติหรือวิปัสสนา ข้าพเจ้าจะเริ่มต้นด้วยการแสดงความเคารพต่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วบอกว่า ข้าพเจ้าได้รับมอบหมายจากท่านอาจารย์ของข้าพเจ้า ให้เป็นตัวแทนในการอบรมธรรมะนี้

เมื่อใดที่ผู้คนแสดงความยินดีกับการเผยแผ่ธรรมะไปทั่วโลกของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะรู้สึกกระอักกระอ่วนใจ เพราะพวกเขาไม่ควรเข้าใจผิดคิดว่าข้าพเจ้าเป็นผู้ให้ธรรมะ ไม่ใช่เลย ท่านอาจารย์ของข้าพเจ้าต่างหากที่เป็นผู้ให้ธรรมะแก่โลกนี้ ข้าพเจ้าเป็นเพียงตัวแทนเท่านั้น ความรู้สึกนี้ช่วยป้องกันไม่ให้อัตตาของข้าพเจ้ากระพือขึ้น

ข้าพเจ้าขอให้ผู้ที่ได้รับแต่งตั้งเป็นผู้ช่วยอาจารย์ทุกท่านมีความรู้สึกเช่นนี้ในขณะที่ดำเนินการอบรมธรรมะ ท่านอาจารย์อูบาขิ่นคือผู้ที่ให้ธรรมะ พวกท่านทั้งหลายเป็นเพียงตัวแทนของท่านเท่านั้น

ฉะนั้น ในวันนี้ที่เรามาพร้อมเพรียงกันเพื่อแสดงความเคารพต่อวิปัสสนาจารย์ผู้ยิ่งใหญ่ท่านอาจารย์อูบาขิ่น บิดาทางธรรมของเรา ขอให้เราพัฒนาความมุ่งมั่นที่จะสานต่อภารกิจของท่าน เพื่อให้บรรดาผู้ทุกข์ยากทั่วโลกได้รับประโยชน์จากพระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์

หนทางเดียวที่จะแสดงความเคารพต่อท่านอาจารย์อูบาขิ่นได้อย่างแท้จริงก็คือ การดำเนินชีวิตอยู่ในธรรมะที่บริสุทธิ์และเป็นแบบอย่างที่ดีงามแก่ผู้อื่น จงรับใช้ธรรมะโดยปราศจากอัตตา และรำลึกอยู่เสมอว่า “เราคือตัวแทนของท่านอาจารย์อูบาขิ่น”

ขอให้ความมุ่งมาดปรารถนาและปณิธานธรรมของท่านอาจารย์อูบาขิ่น บรมครูผู้ยิ่งใหญ่ จงสัมฤทธิ์ผล ขอให้ผู้คนมากขึ้นๆ ทั่วทั้งโลกนี้ จงได้รับประโยชน์จากธรรมะอันมหัศจรรย์ ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงหลุดพ้นจากความทุกข์ ได้พบกับความสุข ความสงบ และหลุดพ้นเถิด ❖

ภวตุ สัพพะ มังคลัง



จรถ ภิกขฺเว จาริกํ
พหุชนหิตาย พหุชนสุขาย โลกานุกมฺปาย
ภิกษุทั้งหลาย เธอจงจาริกไป
เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขของชนหมู่มาก
เพื่ออนุเคราะห์สัตว์โลก

หนังสือ *เพื่อประโยชน์สุขของมหาชน* นี้แปลมาจาก "For the Benefit of Many" ซึ่งรวบรวมปาฐกถาและวิสัชนาปัญหาธรรมของท่านอาจารย์โกเอ็นก้าระหว่างปีพ.ศ. 2526-2543 หลายๆ ท่านที่ได้เคยอ่านหนังสือเล่มนี้ในภาคภาษาอังกฤษล้วนพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า เป็นหนังสือที่มีประโยชน์อย่างยิ่ง ในแง่ที่ให้แรงบันดาลใจ และไขข้อข้องใจทั้งในเรื่องของการปฏิบัติและการรับใช้ธรรมะได้อย่างกระจ่างแจ้งที่สุด เนื้อหาจึงครอบคลุมทั้งในส่วนของผู้ปฏิบัติและผู้รับใช้ธรรมะ ซึ่งมีทั้งธรรมบริกร กรรมการ ตลอดไปจนถึงผู้ช่วยอาจารย์และอาจารย์

เพื่อประโยชน์สุขของมหาชน รวมปาฐกถาและวิสัชนาปัญหาธรรมระหว่างปีพ.ศ. 2526-2543 โดย ท่านอาจารย์โกเอ็นก้า